СОНЦА:

Усход, захад, даўжыня дня:
Мінск — 7.01, 17.44, 10.43;
Віцебск — 6.53, 17.32, 10.39;
Магілёў — 6.51, 17.33, 10.42;
Гомель — 6.46, 17.32, 10.46;
Гродна — 7.46, 17.59, 10.43;
Брэст — 7.15, 18.02, 10.47.

МЕСЯЦ:

Апошняя квадра 25 лютага.

ІМЯНІНЫ

Анісіма, Ефрасінні, Яўсея; Рамана, Макара



ЗВЯЗДА

28 ЛЮТАГА 1992 г. пятніца, № 43 (21821)

● выдаецца са жніўня 1917 г. ● БЕЛАРУСКАЯ ГАЗЕТА ● цана 50 кап.



РОЗГАЛАС

ХЛЕБНЫ БУМ НУМАР...

Сярод людзей зноў пачалі хадзіць чуткі наконт новых цэн на хлеб, у сувязі з магчымым так званым «будучым дэфіцытам» (мука, маўляў, хутка скончыцца). Пачынаецца новая хваля «хлебнага буму». Чуткі чуткамі, а сёння ў прадуктовых магазінах чэргі за хлебам растуць. Калі раней людзі размяталі хлеб на корм свойскай жывёле (мы маем на ўвазе тыя дні, калі хлеб каштаваў капеек 50), то зараз на слыху словы—«на сухары». «Вось якія мы разумныя, што ў запас хлеба насушылі», — магчыма, такая думка патроху сёння саграе тых людзей, якія ўсё ж такі па слабасці душэўнай давяцца, спрачаюцца ў чэргах. Што ж, спяшаемся іх расчараваць — дэфіцыту мукі і новых цэн не прадбачыцца.

— Не ведаю, што гэта з людзьмі робіцца, — гаворыць намеснік генеральнага дырэктара Мінскага абласнога аб'яднання хлебапрадуктаў Арнольд Міхайлавіч Шыбаловіч.—Зерне ёсць, мукі хапае. Што датычыцца мукі, дык яна нават на нашых прадпрыемствах пачала залежвацца. Вось думаем падымаць пытанне ў гарвыканкоме, каб замест паўкілаграма мукі па талонах спажыўцоў адпускалі два. Значыць, падстаў для хвалявання няма.

Падстаў няма, а чэргі растуць. А можа, з'явіліся людзі, якім больш падабаюцца чэрствыя сухары, чым свежы духмяны хлеб?

Ігар ШЧУЧЭНКА.

І СТАЎ ГАРКОМ ПАРТЫІ ШКОЛАЙ МАСТАЦТВАЎ

ОРША **(Я. Бражыцкі).** Днямі ў горадзе з'явілася новая ўстанова — дзіцячая школа мастацтваў з двума аддзяленнямі: музычным і мастацкім. А размясцілася яна ў будынку былога гаркома партыі, куды і перасяліліся музычная школа № 1 і дзіцячая мастацкая школа. Дагэтуль яны арандавалі памяшканні. Зараз маюць сваё. Актавая зала на 320 месц былога гаркома партыі і кінаўстаноўка перададзены гарадскому Дому культуры. Свой Дом культуры аршанцы чакаюць ужо шмат гадоў.

Зіма пашкадавала, а то б...

Напярэдадні зімы, калі сіноптыкі палохалі нас лютымі маразамі і завеямі, у друку з'явіўся цэлы шэраг артыкулаў наконт цеплазабеспячэння нашых кватэр. Высокае начальства запэўніла тады: сядзець у холадзе не будзем, прымаюцца меры, завозіцца паліва... Невядома, як бы там было на самай справе, калі б сёлетняя зіма «не пашкадавала» нас сама. Здаецца, і холаду вялікага не было, а разам з тым і падстаў для трывог, але мы неаднойчы ўжо паведамлялі, як у гарадскіх кватэрах паступова зніжалася тэмпература паветра, гарачай вады, а ў некаторых раёнах яе перыядычна адключаюць зусім. У чым жа справа?

Уладзімір Вестуноў, начальнік Мінскага вытворчага аб'яднання кацельных і цеплавых сетак лічыць, што нічога страшнага не адбылося. Проста, сказаў ён, у нас многія папрывыкалі разгульваць па кватэры ў адным халаціку, і калі тэмпература знізілася з 21 да 17 градусаў, адразу забілі трывогу. Ну, а калі гаварыць сур'ёзна, то прычына тут відавочная: недахват паліва, мазут паступае са значнымі перабоямі. Таму і было прынята рашэнне гарвыканкома аб зніжэнні тэмпературы цепланосьбітаў.

РЭФЕРЭНДУМ: «ЗА» І «СУПРАЦЬ»

Народны дэпутат Беларусі Уладзімір СТАНКЕВІЧ:

«Ад перманентных рэвалюцый—да перманентных выбараў?»

— Наша жыццё апошнія сем дзесяцігоддзяў — суцэльная і бесперапынная рэвалюцыя. «Рэвалюцыя працягваецца» — паўтаралі нам як не штогод, уключаючы перабудову. Так і было: жыццё пераварочвалі з прыходам кожнага новага Генсека. Ці не апынёмся мы зноў у такой жа сітуацыі, распачаўшы серыю бесперапынных рэферэндумаў і выбараў? Усе падставы для гэтага даюць, на жаль, наша заканадаўства і наша, аказваецца, надзейна загартаваная рэвалюцыйная свядомасць.

— Эпіграф да размовы, Уладзімір Міхайлавіч, даволі красамоўны, вобразны. З яго вынікае, што вы не надта прыхільна ставіцеся да ініцыятывы з рэферэндумам. Прызнаюся, для мяне гэта даволі нечаканае паведамленне: вас прывыклі лічыць прадстаўніком апазіцыі ў Вярхоўным Савеце.

— А я ім і застаўся. Апазіцыя ў адносінах да «падаўляючай большасці» ў нашым парламенце — прагрэсіўная справа, што прывяла да прыняцця многіх разумных рашэнняў. Але гэта не азначае, што ва ўсіх без выключэння членаў апазіцыі думкі і меркаванні нівеліраваны пад адзін узровень. Крытэрый — не выпрацаваная за гады камуністычнага праўлення прага адзінадумства, а мэтазгоднасць, разумнасць і законнасць той або іншай высновы.

— Тады, калі ласка, пра адпаведнасць гэтым патрабаванням рашэння аб правядзенні рэферэндуму.

— Фармулёўку пытання памятаеце? «Ці лічыце вы неабходным правядзенне восенню 1992 года выбараў у вышэйшы орган дзяржаўнай улады Рэспублікі Беларусь на падставе Закона аб выбарах народных дэпутатаў Беларусі, праект якога ўнесены апазіцыяй БНФ у Вярхоўным Савеце, і ў сувязі з гэтым датэрміновы роспуск цяперашняга Вярхоўнага Савета?» Маем аналогію са славутым лук'янаўскім пытаннем па саюзнаму рэферэндуму, калі пытанне ставіцца не прама і адназначна, а пад нейкай умовай: выбары, але па Закону, прапанаванаму апазіцыяй БНФ.

Сёння, ва ўмовах жорсткага эканамічнага крызісу і збяднення людзей, чалавек шукае адказ: хто вінаваты? Ага, прапануюць распусціць Вярхоўны Савет. Распусціць, ён вінаваты! А сутнасць, між іншым, не ў гэтым. Міна закладзена менавіта ва ўмове гэтага роспуску і новых выбараў: «па новаму Закону».

— Якога пакуль ніхто не бачыў.

— Так, але цэнтральныя яго палажэнні ўсё ж вядомыя. Ён мае на мэце выбары на шматпартыйнай аснове. Быццам бы ўсё правільна, так?

— Сусветная практыка гэта пацвярджае.

— Але ўся розніца ў тым, што там, побач з добра развітымі рынкавымі механізмамі, склаўся і сапраўдны рынак партый. А ў нас яны ў зародкавым, эмбрыённым стане, нешматлікія. Практычна больш за 90 працэнтаў насельніцтва рэспублікі, дакладней, выбаршчыкаў, дэпартызаваныя. Затое такая структура, як БНФ, склалася даволі трывала. А між тым выбары прадугледжваецца праводзіць так: палавіна кандыдатаў — па партыйных спісах, другая — па імператыўных мандатах. Ці будзе захавана роўнасць бакоў у частцы быць выбраным? Не, нават няўзброеным вокам бачна, што перавага на баку тых 10 працэнтаў (і нават менш), якія назвалі сябе партыямі. Мы крытыкавалі камуністаў за тое, што яны падганялі законы пад сябе. Ці не маем аналагічны прыклад?

— Пераходны перыяд заўсёды нясе ў сабе адбітак таго, што было, і таго, што будзе. Так што выдаткі непазбежныя.

— Але нельга заяўляць аб дэмакратычных намерах і адначасова свядома гэтую дэмакратыю абмяжоўваць. Між іншым, па Закону аб выбарах, які прапаноўваецца, да ўлады прыйдуць, на маю думку, якраз хутчэй кансерватары, чым дэмакраты.

У праекце забараняецца вылучэнне кандыдатаў калектывамі, грамадскімі арганізацыямі. На першы погляд, гэта зроблена, каб процістаяць пэўным групавым інтарэсам. А што атрымаецца на практыцы? Дапусцім, ідзе сход па вылучэнню ў калгасе. Нехта назваў прозвішча смелага, прынцыповага чалавека, які не баіцца ісці супраць начальства. Сход можа ўзяць ды дружна падтрымаць яго—у калектыве не знойдзеш крайняга, каб пакараць.

А калі трэба прайсці па вёсках і назбіраць тысячу подпісаў у падтрымку (менавіта гэта прадугледжана праектам), то сітуацыя будзе зусім іншай. Ведаю па папярэдніх выбарах: баяцца вясковыя людзі супрацьпастаўляць сябе існуючым уладам. «Міхайлавіч, я за цябе прагаласую, але падпісваць, прабач, нічога не буду», —гэта чуў не раз і, упэўнены, пачуў бы зноў, калі б справа дайшла да новых выбараў. А вось калі з аналагічнай «просьбай» звернецца старшыня калгаса — адмова наўрад ці будзе. І нельга за гэта папракаць людзей: яны па-ранейшаму залежаць ад тых, хто валодае усім патрэбным селяніну — тэхнікай, будматэрыяламі, зямлёй і г. д. Партнаменклатура, якая ажыццяўляла ідэалагічную ўладу, сёння валодае ўладай матэрыяльнай, гаспадарчай, маёмаснай. У выніку практычна ўсё сельскае насельніцтва будзе выключаным для вылучэння сваіх, дэмакратычных кандыдатаў. Ці варта адных прадстаўнікоў наменклатуры замяняць іншымі?

— Думаецца, пасля публікацыі праекта Закона аб выбарах выбаршчыкі змогуць зрабіць свае ацэнкі — патрэбен ён ці не.

— А ў фармулёўцы рэферэндуму ён ужо прысутнічае і цесна «завязаны» з роспускам! Дарэчы, у ёй змешваюцца яшчэ дзве несумяшчальныя катэгорыі. Рашэнне аб роспуску не патрабуе змяненняў у Канстытуцыі і можа быць прынятым простай большасцю галасоў. А вось змяншэнне колькасці парламентарыяў да 160 (як у праекце), а таксама яго прафесіяналізацыя такіх змяненняў патрабуюць, значыць, трэба, каб за яго прагаласавалі 2/3 ад тых, хто прыняў удзел у галасаванні. Нават па гэтай прычыне пытанні трэба было раздзяляць.

— Але ж з фармулёўкі (пад пагрозай незарэгістрацыі пытання) было знята слова «прафесіянальны».

— Гэта нічога не мяняе, сутнасць праекта засталася той жа. 160 дэпутатаў—гэта не 360, як запісана ў Канстытуцыі зараз, значыць, патрэбна папраўка.

І нарэшце, яшчэ адна, скажам так, некарэктнасць у пастаноўцы пытання. Ініцыятары патрабуюць вызначальнай формы рэферэндуму (ёсць яшчэ кансультатыўная). Але ж форма пытання — «Ці лічыце вы неабходным...» гаворыць якраз аб кансультатыўнасці. А калі б пытанні стаялі прама, напрыклад «Вы—за роспуск», тады і афарбоўка іншая.

— Ініцыятары кажуць — вызначальная, вы—кансультатыўная. Хто вырашае, як на самай справе?

— Вось у гэтым і сутнасць. У Законе аб рэферэндуме, ініцыятарам якога была, дарэчы, апазіцыя, не вызначаецца галоўнае: хто прымае рашэнне аб характары рэферэндуму. А паколькі ў законе гэта ўпушчана, уступае ў сілу 97-ы артыкул Канстытуцыі, дзе сказана, што Вярхоўны Савет мае права прыняць да свайго разгляду любое пытанне, якое датычыць жыццядзейнасці рэспублікі. Думаю, што такое рашэн-

(Заканчэнне на 3-й стар.).

У САВЕЦЕ МІНІСТРАЎ РЭСПУБЛІКІ

Растлумачэнні і дапаўненні па купоннай сістэме разлікаў за тавары

Як паведамляе інфармацыйны аддзел Савета Міністраў Рэспублікі Беларусь, на чарговым пасяджэнні Ўрадавай Камісіі па каардынацыі работы і аператыўнаму вырашэнню пытанняў, звязаных з функцыянíраваннем купоннай сістэмы разлікаў за тавары, унесены некаторыя дапаўненні ў інструкцыю, якая рэгламентуе парадак выдачы, захоўвання, уліку картак спажыўца і рэалізацыі тавараў па купонах.

У прыватнасці, асобы, якія атрымліваюць аўтарскі ганарар і маюць пры гэтым пастаяннае месца работы, забяспечваюцца купонамі па месцы работы на падставе дакументаў, што пацвярджаюць атрыманне ганарару (даведкі або паштовага пераводу, прысланага рэдакцыяй газеты і да т. п.) у памеры 60 працэнтаў ад агульнай сумы іх даходаў — зарплаты, прэміі, ганарару і іншых паступленняў, але не больш чым на 2.500 рублёў у месяц.

Пры адсутнасці асноўнага месца работы купоны выдаюцца выканкомамі мясцовых Саветаў на падставе дакументаў, завераных падатковай інспекцыяй.

Купонамі забяспечваюцца таксама жыхары рэспублікі — члены Таварыства паляўнічых пры здачы дзяржаве пушніны — у памеры 100 працэнтаў выплат па месцы іх атрымання, але не больш чым на 2.500 рублёў.

Працуючым грамадзянам, пачынаючы з 1 сакавіка гэтага года, павялічваецца са 150 да 350 рублёў мінімальная выдача купонаў. Гэта значыць, пры даходзе ў 580 рублёў і ніжэй грамадзяніну належыць на 350 рублёў купонаў, даходы вышэй за 580 рублёў забяспечваюцца купонамі на 60 працэнтаў. Захоўваецца верхняя мяжа іх выдачы на месяц — 2.500 рублёў.

(БЕЛТА).

ДЛЯ ВАС, ДАЧНІКІ

ГОМЕЛЬ. Учора тут выйшаў першы нумар рэспубліканскай масавай газеты «Дачнік». Яна разлічана на шырокае кола чытачоў, а на сваіх старонках змяшчае рэкамендацыі вучоных і практыкаў для садаводаў і агароднікаў па вырошчванню сельскагаспадарчых культур і вядзення дачнай справы. Газета будзе выходзіць два разы ў месяц. Яе можна набыць у кіёсках «Саюздруку», а ў перспектыве і аформіць падпіску.

СУСТРЭЧА З ПРЭЗІДЭНТАМ ФІНЛЯНДЫІ

ХЕЛЬСІНКІ. Кіраўнікі шэрагу дзяржаў — членаў СНД — Старшыня Вярхоўнага Савета Беларусі Станіслаў Шушкевіч, прэзідэнты Таджыкістана — Рахман Набіеў, Узбекістана — Іслам Карымаў і Украіны — Леанід Краўчук, прыбыўшыя ў Фінляндыю для ўдзелу ва ўрачыстай цырымоніі падпісання Заключнага акта Нарады па бяспецы і супрацоўніцтву ў Еўропе (НБСЕ), — сустрэліся 26 лютага з прэзідэнтам Фінляндыі Мауна Койвіста.

На брыфінгу па выніках гэтых сустрэч, кожная з якіх адбылася асобна, начальнік канцылярыі прэзідэнта Яака Клемала паведаміў журналістам, што ў час сённяшніх сустрэч, таксама як і ўчарашняй сустрэчы з прэзідэнтам Малдовы Мірчам Снегурам, Фінляндыя ўстанавіла дыпламатычныя адносіны з Беларуссю, Малдовай, Таджыкістанам, Узбекістанам і Украінай. Кіраўнікі дзяржаў, прыбыўшыя ў Фінляндыю, перадалі таксама прэзідэнту Койвіста запрашэнні наведаць з візітам іх краіны, якія прэзідэнт прыняў з задавальненнем, адзначыўшы, што аб канкрэтных тэрмінах візітаў можна будзе дамовіцца пазней.

«Ваеннаслужачы беларус павінен ведаць, дзе яго Бацькаўшчына»

ГУТАРКА З ВЫКОНВАЮЧЫМ АБАВЯЗКІ МІНІСТРА АБАРОНЫ РЭСПУБЛІКІ БЕЛАРУСЬ ПЯТРОМ ЧАВУСАМ

— Пётр Рыгоравіч, літаральна гэтымі днямі газета «За рубежом» надрукавала сенсацыйны варыянт-прагноз далейшага развіцця падзей, звязаных з ваеннай дактрынай Расіі і Беларусі. Цытую: «У Маскве да ўлады прыходзіць «экспансіяніцкі і аўтарытарны ўрад», які пачынае запалохваць невялікія краіны, якія раней складалі Савецкі Саюз, па прычыне абароны правоў рускіх, раскіданых па ўсіх рэспубліках СНД.

Агрэсіўны рускі ўрад пры падтрымцы Беларусі, як прадказваюць аўтары даклада, патрабуе ад Літвы, Латвіі і Эстоніі прадастаўлення аўтаноміі рускім.

Аўтары сцэнарыя лічаць, што пасля таго, як на працягу 6—8 месяцаў напружанасць будзе расці, 18 рускіх армейскіх дывізій і 6 беларускіх дывізій (!— А. К.) нанясуць удар у заходнім напрамку, усцяж польска-літоўскай граніцы. Пасля гэтага Літва звернецца за дапамогай да НАТО». Ну і гэтак далей.

— Прагназіраванне развіцця палітычнай сітуацыі — справа надзвычай цяжкая (часта мы глядзім у будучыню са страхам), але неабходная.

Сітуацыя ў рамках былога СНД сапраўды адрозніваецца непрадказальнымі момантамі, многія працэсы носяць незавершаны характар.

З другога боку, у галіне прагнозаў узнік пэўны вакуум, які розныя палітолагі спрабуюць запоўніць самымі разнастайнымі, у тым ліку і малаверагоднымі, сцэнарыямі. Тыя ж, хто выказвае прагнозы аб грамадзянскай вайне і аб удзеле ў ёй Беларусі, павінны несці асабістую адказнасць.

Як чыста гіпатэтычны варыянт — прагноз у газеце «За рубежом» магчымы, але яго верагоднасць не паддаецца вылічэнню. На вялікі жаль, аўтары прагнозу не ўсведамляюць, што такія заявы аўтаматычна носяць падбухторваючы характар.

— Але ж, мусіць, не з галавы ўзяліся гэтыя «шэсць беларускіх дывізій»?

— Тое, што мае на сваёй тэрыторыі Рэспубліка Беларусь, напэўна, і пацягне на шэсць дывізій. Але ў якасці баявых адзінак для вырашэння нечых палітычных амбіцый гэтыя дывізіі нарадзіліся ва ўзрушаным уяўленні аўтараў прагнозу і гэта не мае пад сабой ніякай рэальнай глебы.

— У свой час таксама прагучала сенсацыйнае паведамленне аб загадзе Масквы перакінуць Віцебскую паветрана-дэсантную дывізію ў раён Нагорнага Карабаха. А якія-небудзь з нашых часцей там знаходзяцца?

— Ні ў адной «гарачай кропцы» былога Саюза беларускіх часцей няма. Мінуў той час, калі для вырашэння міжнацыянальных пытанняў скарыстоўвалі ваенных. І мы гэта даводзілі як перад Галоўкамам Узброеных Сіл СНД і Генеральным штабам цэнтра, так і на Вярхоўным Савеце нашай рэспублікі. Усюды пакуль знойдзена ўзаемаразуменне. Што ж датычыцца зваротаў, загадаў і званкоў з просьбай выкарыстаць дзе-небудзь асобныя нашы воінскія падраздзяленні, то такія былі за апошні месяц. Але пазіцыя мая як міністра абароны РБ у гэтым пытанні засталася нязменнай.

— А якая ваша асабістая пазіцыя, Пётр Рыгоравіч, адносна прызыву добраахвотнікаў у рэгіёны Закаўказзя і Сярэдняй Азіі і прапагандысцкай кампаніі, што праводзілася ў свой час? Наколькі мне вядома, у восеньскім прызыве мінулага года такіх жадаючых з Беларусі налічвалася нешта каля сарака чалавек.

— На той час, калі існавалі адзіныя Узброеныя Сілы, можа, такія прызывы і мелі пэўны сэнс. Цяпер жа зразумела, здаецца, усім, што прысутнасць беларускіх хлопцаў не толькі непатрэбная, але і злачынная. Трэба прызнаць, што асобныя ваеннаслужачыя з Беларусі там усё ж знаходзяцца, і мы робім усё, каб іх адтуль вярнуць на радзіму, нават калі не можам прадаставіць ім адпаведную пасаду тут, у Беларусі.

А ўвогуле, гэта ўжо, мусіць, стала аксіёмай: калі загаворыць зброя, нават палітыкам цяжка выправіць сітуацыю. Нагорны Карабах таму сведка.

— Вы закранулі вельмі складанае пытанне вяртання беларусаў-ваенных на сваю зямлю. Такіх просьбаў з іншых акруг сапраўды дастаткова, а вось з нашай акругі дадому просіцца нямнога. Чаму?

— Я б сказаў, што гэта на сучасны момант самае балючае пытанне — вяртанне нашых землякоў з тэрыторыі тых краін, што пачалі ўжо ствараць свае ўзброеныя сілы (а гэта Украіна, Малдова, Азербайджан), з Паўночнай, Паўночна-Заходняй і Цэнтральнай груп войск (сюды ўваходзяць краіны Прыбалтыкі, Германія і Польшча). Ельцын заявіў, што ўсе ваеннаслужачыя з апошніх воінскіх кантынгентаў будуць выводзіцца на тэрыторыю Расіі, але многія нашы землякі заяўляюць аб сваім жаданні служыць на Бацькаўшчыне. І я лічу, што гэта трэба ўсякімі спосабамі падтрымліваць. Праз упраўлен-

(Заканчэнне на 3-й стар.).



Як уладкаваць кватэру?

ПЯРЭДНІ ПАКОЙ

Гэта — свайго роду візітная картка кватэры. Тут трэба размясціць вешалкі для верхняга адзення, скрыні для абутку, падстаўкі для парасонаў. У асобнай закрытай скрыні павінна захоўвацца ўсё неабходнае для чысткі абутку і адзення. Калі ёсць месца, добра паставіць столік, крэсла, павесіць люстэрка. Выбіваць адзенне ў пярэднім пакоі не рэкамендуецца. Нельга гэтага рабіць і на лесвічных пляцоўках жылых дамоў, таму што лесвічная клетка служыць рэзервуарам свежага паветра для кватэр.

Веласіпеды рэкамендуецца падвешваць на сцяне пад столь на двух вялікіх кастылях, убітых на адлегласці 20—30 см адзін ад аднаго.

СПАЛЬНЯ

Калі ў кватэры два ці больш пакояў, то адзін з іх можна абсталяваць пад спальню, а другі — пад асноўны жылы пакой. У спальні, акрамя ложкаў, звычайна ставяць крэслы, туалетны столік ці трыльяж, невялікі столік для шыцця, шафу, тумбачку з невялікай настольнай лямпай, каб можна было ўключыць ці выключыць святло, не ўстаючы з ложка. Тут не павінна быць папяльнічкі, таму што курыць у спальні нельга.

АСНОЎНЫ ЖЫЛЫ ПАКОЙ

Ён можа служыць для многіх мэт. Гэта і сталовая, і рабочы кабінет, а іншы раз і спальня для некаторых членаў сям'і. Чым больш універсальны асноўны жылы пакой, тым менш тут павінна быць лішняй мэблі, тым зручней павінна быць сама мэбля.

КУХНЯ

Яна прызначана толькі для адной мэты — прыгатавання ежы і захоўвання некаторых прадуктаў. Тут усё — ад афарбоўкі сцен, мэблі да пакрыцця падлогі — павінна быць пастаўлена на службу чысціні. У кухні трэба размясціць кухонныя сталы, шафы для захоўвання посуду, халадзільнік. Нічога лішняга, што не адносіцца для прыгатавання ежы і захоўвання прадуктаў, тут быць не павінна.

Лепшае ўпрыгожванне кухні — ідэальная чысціня. Кухня ўтульная, калі стол пакрыты каляровай цыратай, на акне — лёгкая фіранка, на падаконніку — невялікая колькасць пакаёвых кветак (асабліва рэкамендуецца ставіць у кухні кветкі, якіх не пераносяць мухі).

У кухні павінна быць светла. Таму вокны не трэба завешваць цёмнымі шторамі, якія забіраюць многа святла.

Лямпы на кухні павінны быць размешчаны такім чынам, каб месцы прыгатавання ежы (стол, пліта) былі асветлены яркім, але не рэзкім святлом. Таму для кухні больш за ўсё падыходзяць матавыя лямпачкі ці круглыя шкляныя матавыя абажуры.

Вельмі патрэбныя на кухні насценны гадзіннік, пясочны гадзіннік (наручны гадзіннік пры гаспадарчых работах рэкамендуецца здымаць), а таксама невялікія шалі для ўзважвання патрэбных порцый прадуктаў. Кухню нельга загрувашчваць пабочнымі прадметамі. Для падтрымання чысціні трэба перыядычна мыць не толькі падлогу, але і сцены, а таксама праціраць мокрай анучкай усю мэблю.

ВАННЫ І ТУАЛЕТНЫ ПАКОІ.

Афарбоўка і аддзелка сцен у гэтых памяшканнях павінны садзейнічаць больш простаму і лёгкаму падтрыманню чысціні і парадку.

У многіх жылых дамах ванныя пакоі абліцаваны кафельнымі пліткамі. Гэта гігіенічна, зручна і прыгожа. Для большай зручнасці сцены ваннага пакоя можна дадаткова абсталяваць рознымі «прадметнымі» пліткамі — мыльніцай, вешалкай для рушнікоў і халатаў, падстаўкай для шклянак і кубкаў.

Маладому гаспадару

Пажаўцелую эмаліраваную ванну, ракавіну ці ўмывальнік трэба праціраць растворам адной часткі тэхнічнай салянай кіслаты ў двух частках вады. Анучкай, накручанай на палку (саляная кіслата едкая), гэты састаў трэба нанесці на пажаўцелыя месцы, пакінуць яго на 5—10 мінут, потым прамыць пітной содай, а затым некалькі разоў змыць чыстай вадой.

Пажаўцелую эмаль рэкамендуецца чысціць соллю з воцатам. Плямы, якія не паддаюцца чыстцы, можна змыць пемзавым парашком, але карыстацца ім трэба асцярожна, каб не пашкодзіць верхні слой эмалі.

Пліткі, якімі абліцаваны сцены ванных пакояў ці кухань, іншы раз выпадаюць. Для таго, каб паставіць іх на месца, неабходна акуратна счысціць з краёў пліткі і з краёў суседніх з ёю плітак рэшткі старога раствору, затым плітку і тое месца, куды яна будзе ўстаўлена, прамыць чыстай вадой пры дапамозе цвёрдай шчоткі. Пасля гэтага ўзяць адну-дзве жменькі алебастру, змяшаць з вадой да гушчыні смятаны, хутка (алебастр лёгка цвярдзее) запоўніць адтуліну на сцяне і ўставіць у яе выпаўшую плітку. Пасля гэтага трэба моцна націснуць на яе, каб яна аказалася ў адной плоскасці з усёй сцяной, і патрымаць у такім стане некалькі мінут, пакуль алебастр не застыне.

Прасвідраваць кафельную плітку для таго, каб умацаваць на сцяне ваннага пакоя ці кухні палічку, мыльніцу, вешалку і да т. п., можна наступным чынам. Узяць сярэдняй велічыні напільнік і востры яго канец, на які насаджваецца ручка, паставіць на тую кропку пліткі, дзе намечана зрабіць адтуліну. Лёгкімі ўдарамі малаточка па працілегламу канцу напільніка асцярожна (так, каб не раскалоць) прабіць верхні, бліскучы слой глазуры, які пакрывае плітку. Затым пёркам ці электрадрэллю асцярожна прасвідраваць плітку, паставіўшы вастрыё свярдзёлка на выбітую адтуліну, час ад часу, змочваючы свярдзёлак шкіпінарам.

Ваш камень, ваша кветка...

Знак задыяка	Планета	Камень	Кветка
Авен	Марс	брыльянт	жасмін, пахучы гарошак
Цялец	Венера	рубін	ландыш
Блізняты	Меркурый	жэмчуг	ружа
Рак	Месяц	ізумруд	бружмель
Леў	Сонца	сердалік	гладыёлус
Дзева	Меркурый	сапфір	астра
Шалі	Венера	апал	календула
Скарпіён	Плутон	тапаз	хрызантэма
Стралец	Юпітэр	біруза	нарцыс
Казярог	Сатурн	гранат	гваздзікі
Вадалей	Уран	аметыст	браткі
Рыбы	Нептун	аквамарын	лілея белая, лотас

МАЙСТЭРНЯ

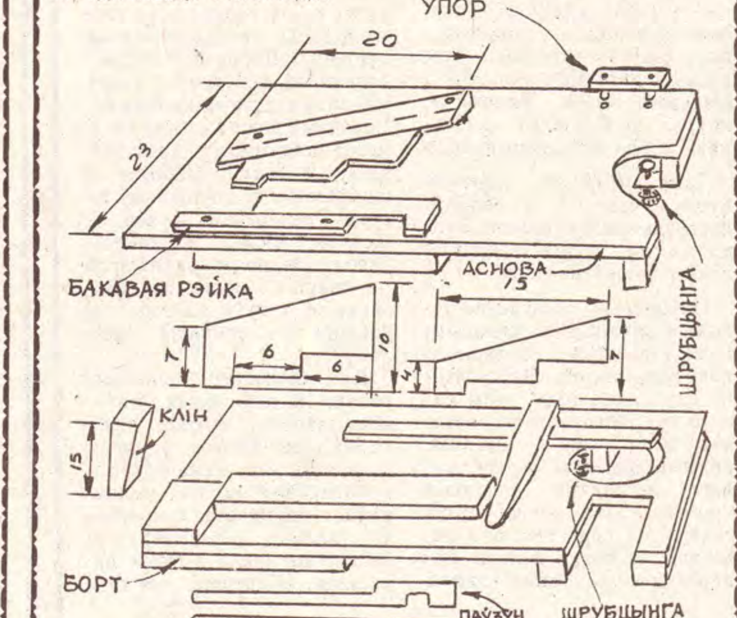
Дошка-варштат

Амаль у кожнай кватэры можна адвесці рабочае месца для тых, хто займаецца сталярнай справай. На малюнках прапануецца адзін са шматлікіх варыянтаў яго абсталявання. Для гэтага вам патрэбны стол, паліцы і месца для захоўвання інструменту і матэрыялаў.

Найперш трэба зрабіць дошку-варштат. Яе канструкцыя і памеры паказаны на малюнку. Матэрыялам служаць дошкі, рэйкі, брусы і металічная шрубцынга, якой дошка-варштат прымацоўваецца да стала. Шрубцынга прыкручваецца знізу да плоскасці дошкі. Дашчаны шчыт, да якога прыбіваюць упор для пілавання, накіроўваючыя, паўзун і г. д. кладуцца на крышку стала, а затым прымацоўваюцца шрубцынгай. Бартавыя рэйкі ўтрымліваюць дошку пры рабоце рубанкам.

Каб працаваць было зручней, трэба мець паліцы для захоўвання інструменту. Іх лепш зрабіць з фанеры ці рэек і размясціць на зручнай вышыні над сталом.

Пасля заканчэння работы дошка-варштат, калі гэта патрэбна, здымаецца і хаваецца.



Родная мова, гісторыя, культура— неад'емная частка нашага самаўсведамлення

БЕЛАРУШЧЫНА

У Крошыне, над Шчарай...



Калі мне даводзіцца ехаць у Мінск, ці вяртацца адтуль і праязджаць прыпыначны пункт «Перамога» (вёска Крошын, Баранавіцкі раён), то сэрца чамусьці замірае і хочацца тут сысці і зноў пабыць у гасцях у Паўлюка Багрыма. Хоць ужо больш стагоддзя няма на нашым свеце гэтага загадкавага чалавека. На яго магіле ўжо стаіць новы (які па ліку) помнік з датамі нараджэння і смерці: «1812—1891». Але, які ні пагляддзі даведнік, то чамусьці яны не сыходзяцца з тымі, што пазначаны на месцы яго вечнага супакаення.

Да магілы Паўлюка Багрыма ў Крошыне вядзе вуліца яго імя. А другі яе канец вядзе да касцёла. Ён збудаваны з цэглы ў 20-я гады — на месцы колішняга драўлянага. З 1881 года ўпрыгожвае святы будынак жырандоль, якую выкаваў бунтар, паэт, каваль-мастак Паўлюк Багрым. Праўда, было некалькі перапынкаў, калі людзі беражна здымалі гэтую жырандоль і хавалі яе ад немцаў у першую і другую сусветныя войны. Кажуць, у апошнюю навалу яе трымалі нават пад імклівымі водамі ракі Шчары.

Мы маем мала дакументальных звестак пра жыццё Паўлюка Багрыма. Вядома, што ён прымаў удзел у крошынскім бунце 1828 года, адбываў 25-гадовую салдатчыну, напісаў адзіны дайшоўшы да нас верш «Зайграй, заграй, хлопча малы...» Гэта быў каваль, які ўмеў тварыць цуды з металу.

У апошні раз, калі я быў у Крошыне, то пабачыўся з адным са старэйшых яго жыхароў Канстанцінам Мікалаевічам Сяргелем. Ён, мабыць, апошні, хто трымаў у сваіх руках адну з рэчаў, якую выкаваў П. Багрым. Гэта была брытва з імянным кляймом майстра. Гады, войны знішчылі не толькі паэтычную, але і кавальскую спадчыну гэтага таленту.

Але што-такі засталося ад Паўлюка Багрыма? Гэта не толькі магіла, не толькі верш, але і магчымасць на ўласныя вочы пабачыць адзін з самых прыгожых твораў беларускага кавальства — жырандоль. Пра аўтарства работы сведчыць выбіты на верхнім вобадзе надпіс: «Павел Багрым выкаваў у Крошыне над Шчарай у 1881 годзе». Ёсць там і імя заказчыка: «Заказаў па бастонскаму ўзору Пётр Святаполк Завадскі».

Найярчэй аб гэтым цудзе напісаў паэт і вучоны Алег Лойка: «У Крошынскім касцёле дасюль вісіць жырандоль, у арнаментальным узоры якой узлятаюць-рвуцца ў нябёсы жаваранкі: здаецца, аж пяе метал, з якога жаваранкі выкаваны».

А зроблены ж яны не з золата і срэбра, а з чыгуну, ліставой бронзы, волава... Я гляджу на жырандоль, бачу жаўрукоў і мне таксама разам з імі хочацца ўзляцець у паднябёссе — так акрыляе талент звычайных чалавечых рук. Як дакладна напісаў пра лёс нашага сялянскага генія Уладзімір Караткевіч:

Мог бы славай грымець
Сярод годных паэтаў
Еўропы,—
Гвалтам спуталі ногі,
Трымалі ўвесь час за руку.
Што пакіне ён?
Вершык у памяці хлопцаў,
Кандэлябру ў касцёле
Ды кроў на гаручым пяску.

Міхась МАЛІНОЎСКІ.

На здымках: жырандоль, выкаваная П. Багрымам; фрагмент.

Фота Анатоля КЛЕШЧУКА.
г. Баранавічы.

У музей, да Міцкевіча

Прадметам асаблівага гонару работнікаў дома-музея Адама Міцкевіча ў Навагрудку стала непрывабная на першы погляд кніга. Але пад пераплётам, які пацямнеў ад часу, тоіцца сапраўднае багацце: пяцітомнік польскага паэта-гуманіста. У выдадзенай яшчэ ў 1883 годзе ў Санкт-Пецярбургу кнізе сабраны амаль усе творы класіка. Гэта рэдкае выданне падарыў музею мітрапаліт Мінскі і Гродзенскі Філарэт, патрыяршы экзарх усяе Беларусі.

Разам з іншымі экспанатамі кніга ўвойдзе ў новую экспазіцыю. У мінулым годзе будаўнікі вядомай фірмы «Будімекс» з Польшчы па спецыяльнаму праекту завяршылі рэстаўрацыю дома-сядзібы. Цяпер яна выглядае гэтаксама, як і пры жыцці паэта. Польскія спецыялісты дапамагаюць супрацоўнікам музея і ў афармленні залаў.

У маі гэтага года музей зноў прыме наведвальнікаў. Тады ж непадалёку ад яго будзе адкрыты бронзавы помнік Адаму Міцкевічу, зроблены па праекту мінскага скульптара Валерыя Янушкевіча.

ЭСЭ-ДАСЛЕДАВАННЕ

Беларускі лёс Арыны Радзівонаўны

(Працяг. Пачатак публікацыі ў № 37)

А цяпер давайце паглядзім на тыя абставіны, што могуць у нейкай ступені сведчыць аб беларускім паходжанні нянькі Пушкіна. У некаторых гістарычных і літаратурных крыніцах паведамляецца, што сваім нараджэннем Арына Радзівонаўна Якаўлева, у замужжы — Мацвеева (1758—1828 гг.), звязана з Кобрынам. Адразу прыходзіць думка, ці ні з тым, што пад Брэстам? Пасля трэцяга падзелу Рэчы Паспалітай гэты гарадок быў уключаны ў склад Расіі і ўказам Кацярыны II ад 15 жніўня 1795 г. падараваны ў вечнае і спадчыннае валоданне генерал-фельдмаршалу графу Аляксандру Сувораву-Рымнікскаму.

А можа з якім другім? Аказваецца, ёсць яшчэ адзін Кобрын, які сваю генеалогію, па ўсёй верагоднасці, вядзе ад першага. А першы, як вядома, у 1404—1519 гг, быў цэнтрам Кобрынскага княства, а ў 1589—1766 гг. меў Магдэбургскае права. І, як і многія беларускія населеныя пункты на вымарачнай да таго часу Рэчы Паспалітай, ён таксама падвяргаўся нападам з боку Расійскай дзяржавы. У час сваіх рэйдаў царскія войскі вельмі часта гналі ў палон многа нашых людзей.

Адначасова Расія, асабліва пры маладым імператары, праяўляла вялікую актыўнасць па заваяванню і асваенню балтыйскага ўзбярэжжа. Імкнучыся да хутчэйшага засялення гэтага краю, Пётр I пры раздачы тэрытарыяльнай здабычы членам царскага дома, сваім палкаводцам і дзяржаўным дзеячам абавязваў новых уладароў усяляць у іх памесці сялян з вялікарасейскіх губерняў і, вядома, з Польшчы. Прыгонных пасялялі, як правіла, не на голым месцы, а ў захопленых мызах. «Мыза [mois] — па-эстонску — асобны маёнтак з сельскагаспадарчымі пабудовамі; хутар у Эстоніі, Фінляндыі і іншых раёнах Прыбалтыкі. Так мыза «Гатчына» захавала сваю назву ад гоцкай — «дарога цераз балота». Мыза «Руноўская» сваю назву вядзе ад скандынаўскай гипа — песня. Адносна паходжання назваў сяла Кобрына і рачулкі Кобрынка можна сказаць, што з усіх тлумачэнняў не адпадае і тое, што яны, гэтыя назвы, прыйшлі сюды разам з прыгнанымі з Кобрына брэсцкага ці Кобрыншчыны людзьмі. Бедныя кобрынцы, ім толькі і засталося, што мілыя сугуччы ад імя іх Радзімы.

Гэтыя мясціны Пётр I у свой час прэзентаваў свайму паплечніку Пятру Мацвеявічу Апраксіну. У 1757 г. уладанні Апраксіна набыў арап Пятра Вялікага — Абрам Пятровіч Ганібал, прадзед Пушкіна па маці. Потым яно было падзелена паміж яго сынамі. Частка маёнтку Восіпа Абрамавіча Ганібала пры разводзе з жонкай Марыяй Аляксееўнай Ганібал (гэта дзед і бабка паэта па маці) па суду адышла ў яе валоданне. Пасля некаторага драблення ўладанні бабулі Пушкіна былі прададзены зусім. За вырučаныя грошы адразу ж быў куплены падмаскоўны маёнтак Захарава, дзе ў акружэнні бабулі і нянькі правёў сваё шчаслівае дзяцінства будучы паэт.

Дык вось, паводле сведчанняў сястры Пушкіна Вольгі, Арына Радзівонаўна была родам з сяла Кобрына, якое знаходзілася вярстах у шасцідзесяці ад Пецярбурга. Некаторыя сведкі сцвярджаюць, што нянька Пушкіна нарадзілася ў Суйдзе (Васкрасенскім), а ў Кобрын была аддадзена замуж. Прыгонны «стаж» Арыны Радзівонаўны выглядае так: 1 год —прыгонная Апраксіных, 22 гады — самога Ганібала, потым — у яго сына, потым — у бабулі паэта. Заўважым, што пры продажы Кобрына Арыну Радзівонаўну з яе дачкой Надзеяй гаспадыня пакінула сабе. Надзея і яе муж — Мікіта Казлоў па волі гаспадароў жылі разлучана: яна ў Захараве, ён у Пецярбургу, пры Пушкіне. Не бачыліся гадамі. У 1799 г., як сцвярджаюць многія літаратурныя крыніцы, Арына Радзівонаўна атрымала вольную, але палічыла за лепшае застацца ў Пушкіных.

Хто ж былі бацькі Арыны Радзівонаўны? Яны — Радзівон Якаўлеў (1728—1767 гг.) і Лукер'я Кірылава (1730—1796/97 гг.) былі прыгоннымі графа Фёдара Апраксіна. Радзівон Якаўлеў (Якаўлеў — гэта не прозвішча: прыгонныя ў Расіі прозвішчы мелі вельмі рэдка; відаць, Якавам звалі яго бацьку) па дакументах вядомы як сірата, якога ўсынавілі Пётр Палуэктаў (1692—1773 гг.) і Васа Емяльянава (1698—1754 гг.), прыгонныя таго ж Апраксіна. Пётр прозвішча меў, бо заслужыў яго сваім дaглядам за прыгоннымі. Бацькі асірацелых нідзе не ўспамінаюцца. Паўстае законнае пытанне, ці не з'явіліся гэтыя сіраты-падлеткі тут разам з іншымі, дарослымі кобрынцамі-беларусамі? І ці не чужына, да ўсяго, і зблізіла іх, і паслужыла перадумовай стварэння сям'і, у якой потым нарадзілася сямёра дзяцей? Сям'я гэта рана страціла бацьку. Сярод усіх з сям'і асабліва цяжка даводзілася Арыне як старэйшай з дзяцей. А было ёй тады толькі 10 гадоў. І жыццё яе, як пачалося бязрадасна, так без радасці і прайшло.



◆ Арына Радзівонаўна. Барэльеф, выкананы Я. Сераковым у 1840-я гады.

Звернемся цяпер да іншых фактаў, якія маглі б дадаткова сведчыць аб адносінах Арыны Радзівонаўны да такой жа шматпакутнай, як яна сама, Беларусі. Цікавым бачыцца факт, што паўстанне прыгонных Ганібала (1766 г.) вылілася ва ўцёкі ў Польшчу. Ці не дадому?! А той факт, што адзін з сыноў Арыны Радзівонаўны меў зусім не характэрнае для Расіі мужчынскае імя — Стэфан? (імя гэта было распаўсюджана ў Рэчы Паспалітай, відаць, у гонар славутага караля і змагара супраць маскоўскай навалы — Стэфана Баторыя). Прыгадаем, што само імя Арына, як і імя Радзівон, адносіцца да старажытных беларускіх імёнаў. Даследчыкі жыцця і творчасці Пушкіна часта ўказваюць на мілагучнасць і напеўнасць мовы Арыны Радзівонаўны. Гэтыя якасці чалавечай мовы жывуць і сёння на Беларусі, асабліва на Палессі. Пра беларускія элементы ў мове нянькі Пушкіна гаворыць фанетычнае афармленне, што дайшло да нас у двух невялікіх лістах, якія былі адрасаваны ёю да паэта 30 студзеня і 6 сакавіка 1827 г. Адказу на іх, праўда, не маем. Як першы ліст, напісаны пад дыктоўку кімсьці з малапісьменных дваровых, так і другі, запісаны таксама пад дыктоўку, але ўжо Ганнай Міхайлаўнай Вульф, сведчаць аб наяўнасці сінхроннага гучання некаторых слоў і выразаў Арыны Радзівонаўны, з аднаго боку, і сучаснай гутарковай мовы (заходнепалешуцкі дыялект), з другога боку. Напрыклад, «дружочик», «мачиха», «Арина Родивоновна», «цалую ваши ручки». Чытаючы гэтыя лісты, адчуваеш, як у стыхіі рускай мовы бруіцца беларуская гаворка.

Заключаючы гэтыя разважанні пра лёс Арыны Радзівонаўны, хочацца выказаць шкадаванні ў наш агульны адрас, што мы, якія праяўляем вялікую цікаўнасць і да донжуанскага спісу Пушкіна, прахodзім міма трагічнага лёсу чалавека, які так па-анёльску паўплываў на паэта.

Так, лёс Арыны Радзівонаўны трагічны, як трагічны лёс Беларусі. І ці не адсюль мой боль, несціхаючы, патаемны боль? Толькі падумаць, што пры шчаслівым збегу акалічнасцей зямля Беларусі магла б мець сваю Сафо, сваю чарадзейку слова...

Вось, бадай, і ўсё.

Што да скарыстанай літаратуры, то аўтар не падае яе спісу таму, што пералік складзе некалькі аб'ёмаў гэтага матэрыялу, таму што пушкініяна— бязмежная.

Яўген ГУЧОК,
старшы рэдактар выдавецтва «Народная асвета».

РЭХА ПУБЛІКАЦЫІ

Гэта слова загадкавае «вырай»

Адказваючы на пытанне чытачкі «Звязды», прафесар В. Мартынаў (гл. нумар ад 7 лютага 1992 года) сцвярджае, што слова **вырай** ідзе ад летувіскага **Jura** — «мора».

Гэта версія імкнецца ўлічыць разам з **вырай** старажытнае ўсходнеславянскае **ирей, ирий** — «какой-то сказочный, загадочный край; земной рай, теплые страны» (В. Даль. Толковый словарь живого великорусского языка, т. 1, **Вырей**), а пачатковае **в-** у слове **вырай** тлумачыць паходжаннем ад прыназоўніка («в ирей» — вырай).

Думаецца, аднак, што звязваць **вырай** з **ирей**, якое можа мець зусім інакшае паходжанне, неабавязкова, бо можна знайсці больш натуральныя, хоць і не такія паэтычныя тлумачэнні. І перш за ўсё праз **выраіцца** — «утварыць новы рой». Гэта тым больш верагодна, што ў беларускіх гаворках маецца і форма **выроя**, дзе **рой** гучыць больш пэўна. **Выраіцца** — гэта значыць масава пакінуць вулей, што і робяць увосень птушкі, адлятаючы са свайго «вулею». У «вырей» (а не ў **ирей**), паводле Даля, «спасается, временами, зверь, целыми косяками, от злого лешего, проигравшего, напр. всех зайцев другому лешему и перегоняющему их без толку на новые места, почему зверь является и исчезает годом без видимой причины». Як бачым, тут таксама гутарка ідзе пра **масавае** высяленне, «выраенне».

У беларускай мове **вырай** — і «цёплы край, куды вылятаюць на зіму пералётныя птушкі», і «чарада пералётных птушак». «Тлумачальны слоўнік беларускай мовы» ставіць на першае месца значэнне «цёплы край». Але з такім жа правам можна было б паставіць на яго і «чарада птушак» — значэнне, блізкае да «рой», г. зн. «цёплы край» лічыць вытворным.

Калі ж дапусціць, што першым значэннем з'яўляецца ўсё ж «цёплы край», то можна прапанаваць такую цікавую этымалогію. Па-эстонску **uôôras** (чытаецца «выырас») — «чужы». У складаныя словы **uôôras** уваходзіць асновай **uôôr-** (выыр-). Другою часткай складанага слова **вырай** можа быць эстонскае **raja** — «мяжа». Вядома, што «мяжа» адначасова можа азначаць і «краіна» (бо ўсякая краіна мае нейкія межы) — напрыклад, агульнаславянскае **край**. У рускай мове гэта тычыцца і слова **предел** (таксама «мяжа»!) — прыгадайце Пушкіна: «И с ними гибель разослал к соседям в чуждые пределы». Такое пераасэнсаванне магло адбыцца і з **raja**. Такім чынам, слова **вырай**, калі лічыць яго зыходнай формай **uôôr-raja**, можа дэшыфроўвацца як «чужая краіна» («чуждые пределы»). Дадам, што ў эстонскай мове націск падае заўсёды на першы склад, так што выыр-рая ў беларускіх гаворках непазбежна павінна было перайсці ў **вырай**.

Параўноўваючы этымалогіі ад **выраіцца** і **выыр-рая** з той, якую адстойвае В. Мартынаў, прыходзіцца прызнаць, што яна недасканалая, у першую чаргу фанетычна. Цяжка ўявіць, каб у нашай мове запазычанае націскное **у** перайшло ў **ы**, бо **у** ў ёй такое ж натуральнае, як і **ы**, ужываецца без абмежаванняў.

Іван ЛАСКОЎ.
г. Якуцк.

З АЛОЎКАМ ПА СЛОЎНІКАХ

Зельнік бабулі Людвікі

Беларускае кааператыўна-выдавецкае таварыства «Адраджэнне» факсімільна перавыдала «Беларуска-польска-расейска-лацінскі батанічны слоўнік» Зоські Верас. Гэта выданне выйшла ў Вільні ў 1924 годзе і з таго часу пакуль не мае навейшых аналагаў.

Нашы чытачы нярэдка просяць дапамагчы знайсці адпаведнікі назвам зёлак, кветак, раслін у рускай ці беларускай мовах. У гэтых пытаннях лепш за ўсё раіцца з бабуляй Людвікай — пісьменніцай Зоськай Верас. Паколькі яе слоўнік перавыдадзены тыражом усяго 500 экземпляраў, змесцім тут некалькі прыкладаў.

Блёкат — Luler czarny — Болиголов — Hyoscyamus niger

Братачкі — Bratki — Анютины глазки — Yiola tricolor

Брат-з-сястрою — Pszeniec takowy — Иван-да-Марья — Melampyrum nemorosum

Вороняе вочка — Sporysz zbozowy — Спорынья — Secale cornutum

Вошы — Tasznir pospolity — Пастушья сумка — Capsella bursa pastoris

Жабіныя вочкі — Niezapominajki — Незабудки — Myosotis palustris

Зайчая капуста — Zajeczy szczaw — Кислица — Oxalis Acetosella

Зязюльчыны панчошкі — Pierwiosnek kluczyki — Первоцвет — Primula veris

Крываўнік — Krwawnik — Тысячелистник — Achilea millefolium

Малачай (Ксяндзоў плеш) — Mniszer lekarski — Одуванчик — Taraxacum officinale

Мацярдушка — Majranek pospolity — Душица — Origanum vulgare

Падбел — Podbial — Мать-и-Мачеха — Tussilago farfara

Сон-трава — Sasanka dzwonkowata — Прострел — Anemone Pulsatilla

Святаянскае зелле — Dziurawiec pospolity — Зверобой — Hypericum perforatum

Чарнобыль — Bylica — Чернобыльник — Artemisia vulgaris

АРАНЖАРЭЯ

Дзе кветку паставіць?

Аматары пакаёвых раслін ведаюць, што, нягледзячы на клапатлівы догляд, многія з іх нярэдка «не вядуцца» — слаба цвітуць, лісце жаўцее і ападае альбо страчвае ўласцівую віду стракатасць. Прычын многа — хваробы, шкоднікі. Але часцей за ўсё мы мала ведаем пра ўмовы, якія неабходны той або іншай расліне. Хаця большасць нашых пакаёвых раслін прыйшлі ў нашы дамы з тропікаў і субтропікаў, але нават там яны жывуць у самых розных умовах: адны — у цяністых вільготных лясах са штодзённымі ліўнямі, другія—у гарах з рэзкімі сутачнымі перападамі тэмпературы, трэція—у пустынях пры рэзкім дэфіцыце вільгаці і шчодрым сонцы. Вядома ж, наўрад ці будзе ім аднолькава добра на адным акне.

Таму, выбіраючы якую-небудзь культуру, у першую чаргу патрэбна арыентавацца на тое, куды звернуты вокны вашай кватэры.

Паўднёвыя і паўднёва-ўсходнія лічацца найлепшымі для ўтрымання большасці пакаёвых раслін. Выключэнне складаюць віды, якім наогул супрацьпаказана сонечнае асвятленне — бягонія, архідэі, маранты. Яркія, але яшчэ негарачыя ранішнія промні сонца даюць шмат святла, не пераграваючы паветра і не павялічваючы выпарэння вады лістамі. Зямля ў гаршках высыхае паступова.

Паўднёвыя і паўднёва-заходнія вокны менш універсальныя. Паўдзённае сонца хутка высушвае зямлю ў гаршках. Яе прыходзіцца паліваць вельмі часта, таму яна хутка накоплівае шчолач, траціць сваю структуру, цвярдзее. Іншы раз глеба яшчэ вільготная, а лісты ўжо пачынаюць абвісаць — вада так хутка выпараецца з іх паверхні, што карані не паспяваюць даносіць яе да лістоў.

Такія вокны, несумненна, задавальняюць аматараў кактусаў — іх гадаванцам гэта хоць трохі нагадвае родныя пустыні. Добра тут будзе і большасці сукулентаў (алоэ, малачаі, гастэрыі, каланхоэ). Сонечныя вокны — выдатнае месца для многіх прыгожацвітучых відаў, асабліва са шчыльнымі ці апушанымі лістамі (пеларгонія, фуксіі, гібіскусы, ружы, клубневыя бягоніі, званочак раўналісты — «жаніх» і «нявеста»). Сказанае ні ў якім разе не адносіцца да сянполій (фіялак).

Для большасці пакаёвых раслін на паўднёвых і паўднёва-заходніх вокнах неабходна прыцяненне з вясны да восені. Яго лёгка зрабіць, нацягнуўшы марлю, умацаваўшы паўпразрыстую паперу (кальку, пергамент) ці забяліўшы шкло зубным парашком. Канешне, усё гэта не дабавіць утульнасці пакоям, але выратуе вашых любімцаў ад пакут. У такім выпадку тут можна смела трымаць практычна ўсе шырокавядомыя пакаёвыя культуры.

Папараць, праўда, лепш усё ж не ставіць на паўднёвыя і паўднёва-заходнія вокны, нават прыцененыя. Паветра для яе тут занадта сухое, кволае лісце набывае жаўтаватую афарбоўку і не ўтварае пышнай «кроны».

Калі расліны даволі вялікія (пальмы, фікусы, цытрусавыя, стракаталістыя ароідныя і інш.), іх можна змясціць паблізу ад акна на падстаўцы ці невысокім століку, прыцяненне таксама не патрэбна.

Паўночныя і паўночна-заходнія вокны занадта «строгія» да прыгожа цвітучых відаў. Толькі сянполіі, цыкламены і вельмі нямногія іншыя культуры парадуюць гаспадароў цвіценнем. Не прымушайце «мучыцца» тут стракаталістыя формы — яны ўсё роўна трацяць яркасць ці скідваюць лісце. У вашым распараджэнні папараці, большасць ароідных (эпіпрэмнумы, філадэндроны, аглаанемы). З самых вядомых і простых у культуры—аспарагус пёрысты, цысус, рамбічны, амазонская лілея, а таксама фікус (за выключэннем яго стракаталістай формы), некаторыя бягоніі, амаль усе марантавыя. Калі ж удасца зрабіць падсветку, дык кола вашых гадаванцаў значна пашырыцца.

Канешне, расліны ў доме хацелася б бачыць не толькі ля акна. Але, «засоўваючы» іх у глыб пакоя, не забывайцеся, што нават на не зацененыя дрэвамі ці суседнімі будынкамі падаконнік трапляе толькі 50 працэнтаў дзённага святла, з аддаленасцю ад акна асветленасць рэзка падае.

АЗБУКА ЛЕКАВЫХ РАСЛІН

Дзьмухавец лекавы

Корань і трава дзьмухаўца знаходзяць прымяненне ў медыцыне для ўзбуджэння апетыту, для павышэння секрэцыі стрававальных залоз пры гастрытах з паніжанай кіслотнасцю, для паляпшэння дзейнасці стрававальнага тракта, пры хваробах печані і жоўцевага пузыра (у якасці жоўцегоннага сродку), як лёгкае слабіцельнае. Спецыяльнымі даследаваннямі ўстаноўлена таксама, што свежае лісце дзьмухаўца і парашок з яго каранёў істотна зніжаюць утрыманне халестэрыну ў крыві. Ёсць даныя і аб тым, што дзьмухавец стымулюе дзейнасць падстраўнікавай залозы.

Прымаюць дзьмухавец у выглядзе настойкі ці адвару. Настойку рыхтуюць з разліку 1 чайная лыжка здробненых каранёў на шклянку крутога кіпеню. Пасля астывання яе працэджваюць і п'юць па 1/4 шклянкі 3—4 разы ў дзень за паўгадзіны да яды. Для прыгатавання адвару 3 чайныя лыжкі здрабнёных каранёў заліваюць 0,7 літрамі кіпеню, кіпяцяць 15—20 мінут, працэджваюць і п'юць па 50—100 мл 3 разы ў дзень за паўгадзіны да яды. Можа прымяняцца і парашок кораня дзьмухаўца (на канцы нажа 3 разы ў дзень).

Падсмажаныя і здробненыя карані дзьмухаўца выкарыстоўваюцца як замяняльнік кавы — атрымліваецца даволі смачны напітак.

Маладое зяленіва дзьмухаўца ўтрымлівае шмат вітамінаў, у якіх наш арганізм мае асаблівую патрэбу ранняй вясной. Яго можна выкарыстоўваць для салатаў, вельмі карысных не толькі пры авітамінозах, але і пры малакроўі, хваробах печані, стрававальнага тракта, хваробах скуры, адкладаннях соляў у суставах. Каб лісце страціла горыч, яго трэба патрымаць паўгадзіны ў халоднай вадзе. Прывядзём адзін з рэцэптаў салаты з дзьмухаўца: лісце дзьмухаўца — 100 г, зялёная цыбуля — 50 г, пятрушка — 25 г, кроп — 10 г, квашаная капуста — 50 г, яйка — 1шт., алей — 15 г, соль — 3 г, воцат, перац. Можна прыгатаваць нектар з дзьмухаўцоў, які вобразна называюць эліксірам сонца. Кветкі дзьмухаўца збірайце раніцай, у сонечнае надвор'е, калі раса спала. Месца збору не павінна быць апрацаваным хімікатамі і размешчана паблізу праезджай часткі дарогі. Выбірайце самыя буйныя і пышныя суквецці. Выходзячы на збор дзьмухаўца, прыхапіце трохлітровы слоік, паўтара кілаграма цукру і чыстую драўляную палачку (для ўтрамбоўкі кветак). Перасло́йвайце кветкі цукрам. Калі слоік запоўніцца да палавіны, палкай утрамбуйце суквецці (пры гэтым кветкавая маса ўшчыльняецца і з яе выдзяляецца сок) і зноў працягвайце запаўняць яго. На дне слоіка ўтвараецца асадак з пылку расліны. Атрыманая выцяжка мае буравaты колер, прысмак яе гаркаваты. У халаднаватым месцы яна можа захоўвацца ўсю зіму. Прымайце выцяжку дзьмухаўца па чайнай лыжцы (папярэдне размяшаўшы яе з 50—100 мл вады) за 20—30 мінут да яды. Яна паляпшае апетыт, стравaванне, аказвае танізуючае дзеянне.



РАЯЦЬ ПРАБАБУЛІ

Простая вячэра, а смачна!

Калі ў вас зусім няма мяса ў халадзільніку, спячыце ў духоўцы некалькі буракоў, а бульбу зварыце ў мундзірах. Няхай астыне і тое, і другое. Ачысціце, нарэжце правільнымі кружочкамі ў палец таўшчынёй. Змачыўшы ў яйку, укачайце ў паніраваных сухарах, пасаліце. Падсмажце ў алеі і ахвяруйце слоік салёных агуркоў са сваіх прыпасаў. Будзьце ўпэўнены: нават самыя заўзятыя праціўнікі вегетарыянства пальчыкі абліжуць.

КАЛІ ВЫ НЕ МОЖАЦЕ ДАСТАЦЬ ПАМАДЫ ДЛЯ ВУСНАЎ

Змачыце хвілін на пяць вашы вусны цёплай вадой, затым вытрыце іх і намажце камфарным маслам. Праз чвэрць гадзіны зноў вытрыце тонкай батыставай анучкай і змажце гліцэрынай. Калі вы не малакроўныя, то пасля гэтай аперацыі вашы вусны зробяцца чырвонымі, як кармін. Аднак не трэба злоўжываць гэтым сродкам. Таму што гліцэрына паступова змяншае эластычнасць вуснаў. Калі вашы вусны вельмі далікатныя, старайцеся не падвяргаць іх холаду, рэзкаму ветру, асабліва калі яны вільготныя — бо пры змене тэмпературы трэскаюцца.

КАЛІ Ў МАГАЗІНАХ НЯМА РОЗАВАГА ЛАКУ ДЛЯ ПАЗНОГЦЯЎ

Нашы прабабулькі ў такім выпадку рабілі наступным чынам: адразалі канец лімона, усоўвалі ў лімон палец і пакручвалі ім да таго часу, пакуль пазногаць не набываў жаданага колеру.

КАЛІ НЯМА КРЭМУ ДЛЯ РУК

Зварыце самую белую і мучністую бульбіну, добра разатрыце і разбаўце невялікай колькасцю малака. Гэты просты касметычны сродак не ўступае міндальнаму крэму.

«Кніга для ўсіх саслоўяў», 1866 год.

Парады на ўсякі выпадак

◆ Калі пацямнелі ад часу лыжкі, нажы і відэльцы —не засмучайцеся. Апусціце іх у ваду ад зваранай бульбы і пакіньце на некалькі мінут. Пратрыце — былы бляск адновіцца.

◆ **Вы запрасілі гасцей, і вам хочацца прыгожа іх прыняць. Вазьміце лак для пазногцяў і на кожным бакале напішыце ініцыялы вашых гасцей. Бакалы не пераблытаюцца і будуць радаваць вока. Раніцай змыйце ацэтонам.**



«РУБЛЁВЫЯ» ДЗЯЎЧАТЫ

Магчыма, ужо камусьці і трапляліся гэтыя вельмі своеасаблівыя рублі. Не, грошы як грошы, не фальшывыя. Вось толькі на адным з бакоў паперкі бачны нейкія лічбы, напісаныя ад рукі, ды жаночае імя... Вядома ж, некаму не даспадобы прыйдуцца такія жарты: маўляў, ужо і грошы пачалі размалёўваць. А іншы цікаўны мужчына возьме ды пазвоніць па ўказанаму тэлефоннаму нумару. Вынік можа аказацца зусім нечаканым. Ёсць надзея без лішніх пасрэднікаў у асобе службы знаёмстваў ці перапіскі знайсці добрага сябра. Такі арыгінальны спосаб знаёмства нарадзіўся тут у нас, у Мінску і рызыкуе прыжыцца. Не выключана таксама, што ў такім выпадку канверсуемасць рубля значна павысіцца.

З упэўненасцю можна сказаць, што цвёрдая валюта ў якасці пасрэдніка пакуль не выкарыстоўваецца. Але, як кажуць, без падпалу і дровы не гараць.

Андрэй МАКСІМАЎ.

«ВАЕННАСЛУЖАЧЫ БЕЛАРУС ПАВІНЕН ВЕДАЦЬ, ДЗЕ ЯГО БАЦЬКАЎШЧЫНА»

(Заканчэнне. Пачатак на 1-й стар.).

не кадраў акругі, а таксама войск ППА і паветранай арміі, якія знаходзяцца на нашай зямлі, мы шукаем вакансіі для жадаючых служыць у нас. Прапаноўваем і ваенныя камісарыяты, і былыя ДТСААФ—цяпер АСТА, іншыя арганізацыі і ўстановы, дзе б нашы землякі маглі знайсці прымяненне сваім сілам. Дарэчы, такіх налічваецца ўжо пад чатыры тысячы. Тых жа, хто не хоча служыць у нас, не набіраецца і сотні. Гэта тлумачыцца адноснай стабільнасцю палітычнай і эканамічнай абстаноўкі ў нас, і спрадвечным добрым стаўленнем нашага народа да ваенных. Ён заўсёды бачыў у іх сваіх абаронцаў.

— А ці не здаецца ўся гэтая праца вам, Пётр Рыгоравіч, у нейкай ступені міфічным уладкаваннем? Войскі на тэрыторыі рэспублікі, як заявіў нядаўна старшыня Пастаяннай камісіі Вярхоўнага Савета па пытаннях нацыянальнай бяспекі, абароны і барацьбы са злачыннасцю Мечыслаў Грыб, вельмі будуць скарачацца...

— Адразу павінен зазначыць, што значныя скарачэнні адбудуцца і ў іншых ваенных акругах краін СНД. І, так ці інакш, тыя ваеннаслужачыя, што звяртаюцца да нас, будуць скарачацца ў першую чаргу на тэрыторыях іншых краін. І там прыярытэт будзе аддавацца сваім, нацыянальным ваенным кадрам.

Тым больш, што кожны ваеннаслужачы павінен ведаць, дзе яго Бацькаўшчына. І Бацькаўшчына павінна ведаць і клапаціцца аб ім таксама.

Вядома, прыйдзецца распрацоўваць цэлую праграму працаўладкавання былых афіцэраў. Ад гэтага нікуды не дзецца. Больш таго, калі з усёй сур'ёзнасцю ставіцца да гэтага пытання, то гэтая праграма ўжо павінна быць распрацавана. Адкладваць яе распрацоўку на будучае вельмі небяспечна.

Усё гэта, вядома, не толькі ў інтарэсах нашага міністэрства — у гэтым зацікаўлена ўся рэспубліка.

Ідуць прапановы аб супрацоўніцтве ў гэтай галіне ад дзелавых колаў, міністэрстваў, грамадскіх арганізацый. Патэнцыял былых ваенных можа прынесці вялікую карысць Беларусі.

— Абсалютна згодзен з вамі. Але ўсё гэта адбудзецца тады, калі ў нас будзе сваё моцнае Міністэрства абароны. Якімі рэальнымі магчымасцямі валодаеце цяпер вы як яго міністр?

— У маё непасрэднае падпарадкаванне ўваходзяць ваенныя камісарыяты, штабы грамадзянскай абароны, чыгуначная брыгада. Са штатам МА пытанне ў Вярхоўным Савеце пакуль вырашаецца. Магу толькі паведаміць, што ён будзе невялікім, але мы збіраемся выкарыстоўваць самыя сучасныя сродкі аўтаматызацыі.

Рэальных магчымасцей сапраўды больш у Беларускай ваеннай акругі. Але з яе камандуючым А. Касцэнка у нас аднолькавая пазіцыя па ваеннай структуры на Беларусі: яна павінна быць адзінай. Двоеўладдзя не будзе.

— Але да вас звяртаюцца цяпер ваеннаслужачыя і цывільныя людзі па асабістых пытаннях і просяць аб канкрэтнай дапамозе.

— Канешне, з жыллём, іншымі «матэрыяльнымі» пытаннямі мне цяжка дапамагчы, але дзейнасць ваенных камісарыятаў, адпраўка курсантаў ваенных вучылішчаў на службу, пенсіённае забеспячэнне, пытанні грамадзянскай абароны і шмат іншых замыкаецца на міністэрстве. У сувязі з рэарганізацыяй войск на тэрыторыі рэспублікі, стварэннем новых воінскіх структур да мяне ідзе вельмі шмат прапаноў, і, вядома, міністэрства абароны РБ з'яўляецца тут каардынуючым цэнтрам. Далей, да мяне звяртаюцца за дапамогай тыя, хто не знайшоў адказу на свае пытанні ў БВА. Іншым проста дастаткова растлумачыць сітуацыю і гэтым вырашыць пытанне.

— У «Звяздзе» ішоў шэраг матэрыялаў па генералітэту танкавай арміі, але дагэтуль з боку камандавання БВА ніякага рэзананса.

— Сапраўды, гэта незразумела. Калі ваша газета хлусіла, дык трэба даваць абвяржэнне, калі ж факты мелі месца, дык трэба наводзіць парадак.

А ўвогуле нам неабходна стварыць у самай бліжэйшай будучыні камісію Савета Міністраў РБ з удзелам прадстаўнікоў зацікаўленай грамадскасці, прэсы і г. д. для расследавання ўсіх не вельмі прыстойных спраў асобных ваенных на Беларусі, каб да апошніх жа ў далейшым было больш даверу і спагады з боку нашага насельніцтва.

Гутарыў Аляксандр КОКТЫШ.

Занадта жорсткае пахмелле

Ужо вельмі, відаць, замучыла смага 23-гадовага Х., рабочага Мінскага камбіната будматэрыялаў, раней судзімага за крадзеж асабістай маёмасці грамадзян. Зайшоўшы раніцай у стане цяжкага пахмелля ў кандытарскі аддзел магазіна № 27 Савецкага РХГ, што па Лагойскаму тракту, 33, ён украў 24 (!) бутэлькі напітку «Фіеста» на суму 146 рублёў і хацеў уцячы, аднак быў затрыманы каля магазіна прадаўцамі. Неўзабаве Х. паўстане перад судом.

ЦЕЛА—У СПРАВУ

ВІЦЕБСК. **(А. Дук).** З адкрыццём пры гарадскім цэнтры інфармацыі і сацыяльна-прававой абароны моладзі прыватнай службы бяспекі падскочыў у горадзе на Дзвіне попыт на людзей з вялікімі біцэпсамі.

За адпаведную плату тут можна атрымаць юрыдычную кансультацыю, забяспечыць асабістую і маёмасную бяспеку. Магчыма, неўзабаве ў мясцовых праваахоўных органаў у асобе службы з'явіцца сур'ёзны канкурэнт, тым больш, што ў ёй працуюць у асноўным былыя работнікі міліцыі. Пры жаданні тут можна працаваць кожнаму, былі б толькі біцэпсы «а ля Шварцэнегер».

РАСІЯ АБЯЦАЕ ПАДТРЫМКУ

У прадпрыемстваў Беларусі з'явілася надзея «пражыць» цяперашні год лепш, чым мінулы, затармазіць спад вытворчасці, які намеціўся, палепшыць сваю эканоміку. Такія перспектывы прыадкрывае Указ Прэзідэнта Расіі Б. Ельцына «Аб мерах па стабілізацыі работы прамысловасці Расійскай Федэрацыі ў 1992 годзе», хоць на першы погляд ён накіраваны толькі на вырашэнне ўласных праблем.

Дакумент, копію якога прадаставілі агенцтву работнікі Савета Міністраў Рэспублікі Беларусь, прадугледжвае рацыянальнае, а пры неабходнасці і сілавое аднаўленне мінулагодніх гаспадарчых сувязей паміж Расіяй і дзяржавамі—членамі СНД. У тым ліку, зразумела, і з нашай рэспублікай. А, акрамя таго, указ нацэлены на стрымліванне манапалістычных апетытаў прадпрыемстваў і арганізацый Расіі і на выкананне папярэдніх пагадненняў паміж дзяржавамі Садружнасці. Для гэтага прадугледжана ўвесці на 1992 год спецыяльнае рэгуляванне гаспадарчай дзейнасці прадпрыемстваў і арганізацый Расійскай Федэрацыі. Гэта, як ужо гаварылася, прымусовае аднаўленне разбураных сувязей і такое ж размеркаванне прадукцыі, рэгуляванне цэн на вырабы вытворча - тэхнічнага прызначэння, прыпыненне квот і ліцэнзій на экспарт. Прадугледжаны і меры пакарання для самых злосных манапалістаў: рэарганізацыя прадпрыемстваў, свядома разбураючых паспяховую работу партнёраў, скасаванне кантрактаў з іх кіраўнікамі, пазбаўленне дзяржаўнай падтрымкі і льгот.

Падаўжаецца дзейнасць урадавай камісіі Расіі па аператыўнаму ўрэгуляванню рэсурсазабеспячэння. Больш таго, цяпер яе папоўняць новыя ўдзельнікі—прадстаўнікі дзяржкамітэтаў РФ па эканамічнаму супрацоўніцтву з дзяржавамі СНД, па антыманапольнай палітыцы і іншых.

У памяці многіх, напэўна, яшчэ свежая даволі скептычная рэакцыя дзелавых колаў Беларусі на студзеньскае пагадненне паміж Беларуссю і Расіяй аб зняцці абмежаванняў у гаспадарчай дзейнасці. І прамыслоўцы, і прадпрымальнікі крыўдзіліся на дыктат і нават беззаконнасць расійскіх пастаўшчыкоў, некіруемасць цэн на паступаючыя да нас сыравіну, матэрыялы, камплектуючыя, хоць існавала дагаворанасць кантраляваць іх «паталок». У выніку адбылося тое, што адбылося: валіцца з ног замешаная на эгаізме эканоміка Расіі, іншых былых рэспублік, страчвае аб'ёмы вытворчасці і Беларусь, якая не мае сваіх сыравінных рэсурсаў.

Спецыялісты сцвярджаюць, што цяперашні ўказ Б. Ельцына дае шанц зрушыць сітуацыю ў лепшы бок, хоць пералічаныя ў ім «лякарствы» і непапулярныя. Ва ўсякім разе, ён сведчыць аб паслядоўнасці расійскага кіраўніцтва ў сваіх спробах стабілізаваць эканоміку. Калі ўпамянёнае раней студзеньскае пагадненне аказалася ў супярэчнасці з папярэднім указам Прэзідэнта аб прыярытэтах розных паставак уласным вытворцам, то цяпер ён, па сутнасці справы, канчаткова адмяніў уласнае рашэнне.

РЭФЕРЭНДУМУ БЫЦЬ?

Збор подпісаў пад патрабаваннем правядзення рэспубліканскага рэферэндуму вядзецца ў Мінску і іншых населеных пунктах рэспублікі як шляхам наведвання грамадзян па месцы жыхарства, так і пры дапамозе раздачы падпісных лістоў, якія трэба ўкінуць у паштовыя скрынкі з тым, каб на наступны дзень сабраць ужо запоўненыя бланкі.

Паводле першых паведамленняў, якія паступілі з Кастрычніцкага раёна Мінска, каля 80 працэнтаў выбаршчыкаў ставяць свае подпісы пад патрабаваннем рэферэндуму.

26 лютага старшыня ініцыятыўнай групы Уладзімір Анцулевіч звярнуўся да выконваючага абавязкі старшыні Цэнтральнай выбарчай камісіі Сямёна Махавікова з заявай: «У некаторых выканкомах,—гаворыцца ў ёй, —(Ленінскага і Кастрычніцкага раёнаў Гродна, Кастрычніцкага раёна Мінска, горада Вілейкі і іншых) членам ініцыятыўнай групы адмаўляюць засведчыць пячаткай іх подпісы на падпісных лістах, спасылаючыся на спадара Махавікова». Камісіі прапануецца ў такім выпадку самой заняцца засведчаннем подпісаў у мясцовых органах улады на тэрыторыі ўсёй Беларусі, але згодна з законам камісія будзе мець на гэта толькі месячны тэрмін.

БелаПАН.

МІНІСТЭРСТВУ ІНФАРМАЦЫІ ПАТРЭБНА 180 МІЛЬЁНАЎ РУБЛЁЎ

Менавіта такую суму шукаюць у гэтыя дні Міністэрства фінансаў, Савет Міністраў РБ і Міністэрства інфармацыі. Грошы патрэбны для таго, каб выратаваць нас у гэткі складаны час станаўлення рынку ад інфармацыйнага вакууму. За ўсё трэба плаціць. А цэны неймаверна растуць. З пачатку гэтага года падаражалі не толькі прыём перадач Астанкіна па першым канале і Расійскага тэлебачання на трэцім—даражэй стала абыходзіцца трансляцыя перадач Беларускага тэлебачання. Гэта звязана з ростам цэн на электраэнергію, перадатчыкі і з павелічэннем заработнай платы.

Дзе ўзяць дадатковыя сродкі для пакрыцця новых тарыфных ставак Міністэрства сувязі, у Міністэрстве інфармацыі пакуль не ведаюць. Як сказаў Анатоль Бутэвіч, які займае першую пасаду ў гэтай установе, упэўненасці няма, што гэтыя сродкі будуць знойдзены.

На крайні выпадак у запасе, праўда, ёсць адно выйсце: прыйдзецца ставіць пытанне аб увядзенні абанентнай платы або за тэлепрыёмнік, або за прыём праграм. Аплата за прыём праграм забяспечыць больш дыферэнцыраваны падыход у гэтай справе. Бо не ўсюды на тэрыторыі рэспублікі можна прымаць аднолькавую колькасць праграм. Тэлеперадачы з Санкт-Пецярбурга, напрыклад, могуць бачыць жыхары толькі ў трох абласцях. Але магчыма і іх прыйдзецца пазбавіць такой раскошы...

Марыя ДАБЖЫНСКАЯ.

«Ад перманентных рэвалюцый—да перманентных выбараў?»

(Заканчэнне. Пачатак на 1-й стар.).

не і будзе прынята: аб кансультатыўным характары рэферэндуму. Я буду галасаваць за гэта.

— Іншымі словамі, атрымаецца апытанне шырокай грамадскасці?

— І толькі. Але хіба гэта сёння так важна? Хіба гэта з'ўляецца для некага вялікім сакрэтам і вялікай таямніцай? Ці варта затрачваць мільённыя сродкі на шырокамаштабнае сацыялагічнае даследаванне? На тое існуюць спецыяльныя інстытуты. Няхай яны і займаюцца сваёй работай.

І ўвогуле буду падтрымліваць змяненні ў заканадаўстве, у Канстытуцыі, якія б дапоўнілі пералік пытанняў, забароненых да вынясення на рэферэндумы, і пытаннем аб роспуску Вярхоўнага Савета, наогул заканадаўчай улады.

— Ого! Безагаворачна ўзаконіць сваё існаванне. А калі яно ажыццяўляецца не лепшым чынам?

— Нягледзячы на вашу даволі эмацыянальную рэакцыю, думаю ўсё ж пераканаць, і зрабіць гэта вельмі проста. Уявіце сабе: сёння адбываецца вызначальны рэферэндум, які падрыхтаваны апазіцыяй. Народ —за роспуск, паколькі яму жывецца дрэнна. Далей ідуць выбары, затым першая сесія. На ёй утвараецца апазіцыя — абавязкова! Калі перамагае адна сіла, то другая непазбежна прайграе, апынаецца ў апазіцыі. Далей гэтая апазіцыя, незадаволеная, вядома, большасцю, ставіць пытанне аб рэферэндуме. І пайшло... Так мы зацягнем рэспубліку ў перманентныя, бясконцыя рэферэндумы і выбары. 350 тысяч незадаволеных заўсёды знойдзецца. Колькі ж можна іграць на пачуццях людзей, і, галоўнае, навошта?

— Але, прабачце, дзе ж тады выйсце? Жывецца дрэнна, але пакідаць усё вы раіце паранейшаму.

— Вярхоўны Савет — гэта заканадаўчы орган. Калі глядзець на выпрацаваную ім заканадаўчую базу, то назіраецца дынаміка, паступовае напаўненне законаў дэмакратычным зместам, што няўхільна пашырае правы чалавека, набліжае наша заканадаўства да цывілізаванага. Гэты састаў Вярхоўнага Савета, вобразна кажучы, скокнуў на метр 20 пры сваёй першапачатковай здольнасці пераадолець мятровы рубеж і, думаю, пры рэарганізацыі зможа працаваць яшчэ з большым запасам вышыні.

Іншая справа, што прынятыя законы на месцах блакіруюцца, не працуюць. Таму трэба мяняць не Вярхоўны Савет, які толькі-толькі навучыўся працаваць, а выканаўчую ўладу. Першы сваю ролю выконвае, апошняя—не.

— Чаму ў такім выпадку ўлада заканадаўчая, улада вышэйшая не прымае адпаведных захадаў? Працей назваць вінаватых, цяжэй выправіць становішча.

— Думаю, што на бліжэйшай сесіі такое пытанне ўзнікне. І рэферэндум, па-мойму, варта было б праводзіць найперш пра адстаўку ўрада.

— А можа, спрацоўваюць проста механізмы самазахавання?

— Ні ў якім разе. Заставацца ў Мінску не збіраюся, дарэчы, жыву дагэтуль у гасцініцы, у наступных выбарах таксама не маю намеру выстаўляць сваю кандыдатуру. Ведаў, што палітыка не заўсёды робіцца чыстымі рукамі, у многім пераканаўся на практыцы. Лепш рэальна ўплываць на справы там, дзе бачыш найбольш поўную аддачу.

Мы доўга вядзём гаворку аб раздзяленні заканадаўчай і выканаўчай улад, але пярэчым самі сабе. Сёння каля чацвёртай часткі дэпутатаў працуюць у структурах урада. Што гэта, як не своеасаблівае лобі? Таму я бачу такі шлях: рэарганізацыя ВС, ціск на Кебіча ў плане роспуску ўрада.

— А дзе гарантыя, што Кебіч, якога вы пакідаеце, не набярэ падобную ранейшай каманду?

— Я веру ў яго. Думаю, што многае можна дараваць яму за здольнасць правільна ацэньваць абстаноўку, напружана працаваць. Ён — палітык. Калі ва ўрадзе з'явяцца такія асобы, як Заблоцкі, Беленькі і іншыя, мы хутка рушым уперад. Вось што галоўнае, а не роспуск парламента. А ініцыятары рэферэндуму, на маю думку, падобны Леніну: рэвалюцыя, і ніякіх цвікоў. Улада — вось галоўнае. А што далей? Гэтага не ведаў Ленін, не ведаюць і яны.

— У БНФ ёсць даволі грунтоўная эканамічная канцэпцыя.

— Канцэпцыя не азначае, што ўсё так і будзе пасля перамогі. Згаданы намі Ленін таксама абяцаў, што збярэ Устаноўчы сход, увойдзе ў той блок, які яму ўкажа сход. Што з гэтага атрымалася? Устаў матрос Жалязняк і сказаў, што варта стамілася. Дэмакратыя скончылася. Пачалася грамадзянская вайна. Пад кулямі бальшавікоў ляглі мільёны.

Можа, хопіць нам рэвалюцый?

● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ

«БІ-БІ-СІ»

*** Дырэктар Цэнтральнага разведвальнага ўпраўлення Роберт Гейц паведаміў, што Паўночная Карэя на працягу часу ад двух месяцаў да двух гадоў стане ўладальнікам ядзернай зброі. Выступаючы ў кангрэсе ЗША, Гейц сказаў, што ЦРУ мае інфармацыю аб тым, што Паўночная Карэя заканчвае будаўніцтва двух заводаў па перапрацоўцы плутонію. Гейц сумняваецца, што Паўночная Карэя дапусціць міжнародных інспектараў да сваіх ядзерных установак.**

* Улады Кабула паведамілі, што ў выніку апошняга ракетнага абстрэлу афганскай сталіцы загінулі па меншай меры тры чалавекі. Прадстаўнік міністэрства замежных спраў Афганістана сказаў, што маджахеды выпусцілі па Кабулу чатыры ракеты. Гэта першае паведамленне ў гэтым годзе аб абстрэле сталіцы.

*** Камітэт па замежных справах палаты прадстаўнікоў ЗША прыняў рэзалюцыю, у якой віншуе літоўскі народ з мірнай рэвалюцыяй. У ёй утрымліваецца высокая ацэнка прыхільнасці Літвы да дэмакратыі.**

* Паводле апошніх паведамленняў, армянскія фарміраванні самаабароны захапілі стратэгічна важны горад Хаджалы, адкуль раней азербайджанцы вялі абстрэл адміністрацыйнага цэнтра Нагорнага Карабаха — Сцепанакерта. Сцвярджаюць, што ад горада засталіся адны папялішчы.

*** Канада прыняла рашэнне вывесці ўсе свае ўзброеныя сілы з Еўропы на працягу пяці гадоў. Урад Канады паведаміў аб гэтым у рамках праграмы скарачэння дзяржаўных расходаў, указаўшы, што ў канадскай**



ваеннай прысутнасці ў Еўропе больш няма патрэбы. У цяперашні час колькасць войск Канады на еўрапейскім кантыненце складае каля шасці тысяч чалавек. Канада мае дзве ваенныя базы на тэрыторыі ФРГ. Генеральны сакратар НАТО Манфрэд Вёрнер выказаў незадавальненне ў сувязі з гэтым рашэннем.

* Прэзідэнт Польшчы Лех Валенса падвергнуў сумненню правамернасць вылучэння на пост намесніка міністра абароны Радаслава Сікорскага, які мае два грамадзянствы-польскае і брытанскае. Валенса мае намер абмеркаваць гэта пытанне з прэм'ер-міністрам Альшэўскім. Сікорскі атрымаў брытанскае грамадзянства ў васьмідзесятыя гады, пакінуўшы Польшчу пасля ўвядзення там ваеннага становішча.

*** Югаслаўскія ваенныя, якія ахоўваюць граніцу з Албаніяй, атрымалі дазвол страляць у албанцаў, якія нелегальна перасякаюць граніцу.**

«ГОЛАС АМЕРЫКІ»

* Звыш ста чалавек забіта і паранена ў выніку трохдзённага артылерыйскага абстрэлу Сцепанакерта з цяжкіх гармат і ракетных установак залпавага агню. Падраздзяленне войск Садружнасці Незалежных Дзяржаў, якое дыслацыруецца там, таксама падверглася абстрэлу з боку азербайджанскіх войск.

*** З Германіі ў Расію адбылі два апошнія самалёты з грузамі ў рамках аказання гуманітарнай дапамогі. Яны даставяць у Маскву і Санкт-Пецярбург хлеб, кансервы, кансерваваныя супы, мяса, садавіну і іншыя віды харчавання. Такім чынам, заканчваецца двухтыднёвы паветраны мост, арганізаваны Злучанымі Штатамі і іншымі заходнімі краінамі для экстраннага аказання дапамогі харчаваннем і медыкаментамі больш чым у 20 гарадоў былога Саюза ССР. У ходзе аперацыі пад назвай «Даць надзею» дастаўлена звыш дзвюх тысяч тон грузаў. Большая частка дапамогі размеркавана сярод бальніц і дамоў для састарэлых, якія больш за ўсё пацярпелі пры пераходзе да рыначнай эканомікі.**

* У Казахстане салдаты будаўнічага батальёна былога савецкага касмічнага цэнтра «Байканур» узбунтаваліся і пачалі пратэставаць супраць дрэннага харчавання, умоў жыцця і абыходжання з імі афіцэрскага саставу. Паводле паведамленняў, тры чалавекі загінулі. Салдаты спалілі тры казармы і шэраг іншых памяшканняў у касмічным цэнтры.

*** У Нью-Йорку выбухам бомбы пашкоджана памяшканне Арганізацыі Аб'яднаных Нацый, у якім размяшчаюцца 18 замежных місій. Улады мяркуюць, што гэта была самаробная бомба. Ахвяр пакуль не выяўлена. Памяшканне знаходзіцца за адзін квартал ад штабкватэры ААН.**

* Палесцінская дэлегацыя на блізкаўсходніх перагаворах у Вашынгтоне адвергла прапанову Ізраіля адносна самакіравання для палесцінцаў. Прадстаўніца Палесціны назвала ізраільскі план абсурдным і абразлівым для палесцінцаў і што ён уключае прававую сістэму апартэіду, у рамках якой адносіны да арабаў і яўрэяў розныя. Па ізраільскаму плану будаўніцтва яўрэйскіх паселішчаў на акупіраваных тэрыторыях будзе працягвацца.

РАДЫЁ РАСІІ

*** У Маскву прыбыла эстонская дэлегацыя для правядзення перагавораў з расійскім міністэрствам эканомікі. Мяркуецца, што будуць абмеркаваны пытанні, звязаныя з пастаўкамі энерганосьбітаў і іншых расійскіх тавараў у Эстонію.**

* У Празе пачалося пасяджэнне камітэта старшых асоб Нарады па бяспецы і супрацоўніцтву ў Еўропе. Яно прысвечана сітуацыі ў Нагорным Карабаху.

*** Генеральны сакратар ААН Бутрас Галі мае намер прыняць удзел у запланаванай на красавік канферэнцыі аб будучым Афганістана. На гэту сустрэчу запрошана каля 150 прадстаўнікоў усіх канфліктуючых бакоў.**

* Прэм'ер-міністр Вялікабрытаніі Джон Мэйджар аб'явіў аб фінансавай падтрымцы ўрадам кампаніі за выбранне Манчэсцера месцам правядзення Алімпійскіх гульняў 2000 года. На гэта плануецца асігнаваць звыш 35 мільёнаў фунтаў стэрлінгаў.

● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ ● РАДЫЁПЕРАХВАТ

Догляд вырабаў са шкла

* **Аконнае шкло мыюць таксама цёплым** растворам воцату (2 сталовыя лыжкі на 1 літр вады).

* **Каб папярэдзіць запаценне і замярзанне аконнага шкла,** яго можна змазаць знутры спіртавым растворам гліцэрыны (1 частка гліцэрыны на 10 частак этылавага спірту), а затым працерці фланеллю або замшай.

* **Люстэркі, вазы і люстры са шкла, хрусталь, дэкаратыўны фарфор** і іншыя падобныя вырабы можна чысціць у прынцыпе тымі ж сродкамі, што і аконнае шкло. А для чысткі хрустальных люстраў выпускаецца спецыяльны прэпарат «Аметыст».

* **Калі люстэрка забруджана мухамі,** то прасцей за ўсё яго ачысціць так: працерці свежаразрэзанай цыбулінай, а затым анучкай, змочанай у падсіненай ультрамарынавай сінькай вадзе, пасля гэтага люстэрка трэба працерці тканінай да бляску.

* **Каб зрабіць аконнае шкло** матавым, трэба двойчы нанесці на яго пэндзлем сумесь парашкападобнага мелу з вадкім шклом (сілікатным клеем).

* **Для размякчэння зацвярдзелай на шкле** аконнай замазкі яе змазваюць смятанападобнай пастай з мыла і пакідаюць для размякчэння на 2—3 гадзіны.

* **Пры афарбоўцы аконных рам шкло** можна запэцкаць фарбай. Каб гэтага не здарылася, прыклейце да яго ліпучай стужкай або крухмальным клейстарам палоскі паперы.

* **Шкло акуляраў можна чысціць,** працёршы яго з абодвух бакоў ватным тампонам з кропляй гліцэрыны, а затым сухой чыстай фланеллю.

* **Для чысткі акуляраў** выпускаюцца спецыяльныя папяровыя сурвэткі.

* **Каб шкло акуляраў не пацела,** яго можна змазаць сумессю з 3 частак гліцэрыны, 7 частак вадкага мыла і некалькіх кропляў шкіпінару, працёршы затым чыстай фланеллю.

Сон у руку

Вы верыце ў тое, што сны збываюцца? Паназірайце за сабой, можа, што-нішто з гэтага старога сонніка здасца вам зусім не выпадковым.

Акно. Выпасці з яго — прайграць працэс; калі праз акно выходзіш — сцеражыся зладзеяў.

Аптэка — хвароба ад пераядання; калі шмат слоікаў з мазямі — асцерагайцеся няспелай садавіны.

Блохі (а таксама іншыя падобныя казюркі)—грошы, але толькі ў тым выпадку, калі гэтай брыдоты ў доме няма.

Балота — калі правальваешся ў яго, то будзеш бедным па прычыне сваёй непрактычнасці; ісці па балоце — не пазычай пад працэнты.

Бочка — няшчыры сябар, што запрашае цябе ў карчму, каб потым знайсці для сябе выгаду ў тваёй няславе.

Варона — хуткае і выгаднае для цябе заканчэнне справы, калі яна была чэснай, і згубны канец — калі была нячэснай.

Вясёлка — не ганіся за лёгкім прыбыткам, згубіш усё, што маеш.

Горла — калі пераразаеш яго некаму ў сне — дрэннае прадказанне! Пазбягай таму дрэнных учынкаў, бо схаваць іх не ўдасца.

Галубы — шчасце мужу і жонцы, якія жывуць у згодзе, страты тым, хто сварыцца.

Гусар, салдат — засцерагае дзяўчат перад небяспекай ад чалавека, які можа прычыніць сорам і крыўду.

Жанчына—радасць. Спрачацца з ёю альбо біць яе — сорам, слухацца ў дробязях —страты, у важных справах — карысць.

Жук — няслава з-за плётак; быць ім укушаным — пазбегнуць зласлоўя.

Імбір — піць яго з гарэлкай — фальшывы сябар хоча даць табе гарэлку з атрутай, нагаворам, якія, перш чым забіць цябе, прынясуць працяглую хваробу.

Дах — хадзіць па ім азначае нажыць багацце працай, абачлівасцю. Скінуцца з яго — няшчасце з-за адкладвання работы на заўтра.

Калодзеж—шматлікія турботы таму, хто не ўмее захоўваць давераную тайну.

Купанне — спакойная старасць для тых, хто сваё цела трымае ў чысціні, неахайным — хвароба; плаваць у вадзе — п'яным смерць ва рожыць.

Маліна — збіраць яе—карысць у справах.

Мяса — есці яго — папярэджанне аб хваробе, пазбегнуць якой можна, калі не надта ўлягаць за сталом.

Мышы—будзь больш эканомным; калі ўцякаюць ад ката — клопаты, выкліканыя злымі жанчынамі, пазбягай сварак з імі.

Пластыр — прыкласці ў сне да каго-небудзь — гаворыць аб тваіх дрэнных намерах. Адмоўся ад іх, бо сам панясеш страты.

Прарок — сустрэнеш у сне — пазбягай абяцанак — яны прынясуць няшчасце.

Танец — танцаваць дзяўчыне — патомства, замужняй жанчыне — страта ў гаспадарцы.

Цень — непрыемнасці з-за зласлоўя. Устрымайся ад плётак.

Хлеб — есці ў сне белы — прыбытак, чорны — няўдача.

Чарвяк — вялікія непрыемнасці тым, хто зайздросціць чужому шчасцю.

Ястраб — дабіся даравання ў ворагаў сваіх, крыўды ўзнагародзь, таму што нядобрае табе яны рыхтуюць.

ВАША ЗДАРОЎЕ

Рэцэпт амаладжэння

Экспедыцыя ЮНЕСКО не так даўно выявіла ў адным з манастыроў Тыбета рэцэпт старажытнага гомеапатычнага сродка амаладжэння. З гліняных шыльдачак, якія датуюцца 4—5 тысячагоддзем да нашай эры, быў зроблены пераклад, змест якога мы і прапануем чытачам.

Дзень прыёму	Снеданне	Абед	Вячэра
1-ы дзень	2 кроплі	2 кроплі	3 кроплі
2-гі дзень	4	5	6
3-ці дзень	7	8	9
4-ы дзень	10	11	12
5-ы дзень	13	14	15
6-ы дзень	15	14	13
7-ы дзень	12	11	10
8-ы дзень	9	8	7
9-ы дзень	6	5	4
10-ы дзень	3	2	1
11-ы дзень	25	25	25

Паўторны курс гэтага лячэння — не раней чым праз 6 гадоў.

ПРЫЗНАЧЭННЕ: ачышчае арганізм ад тлушчавых і вапнавых адкладанняў, рэзка паляпшае абмен рэчываў у арганізме, сасуды становяцца эластычнымі (што папярэджвае стэнакардыю, інфаркт міякарда, скляроз, параліч, утварэнне розных пухлін, паляпшае зрок. Пры правільным выкананні рэцэпта арганізм амалоджваецца.

ПРЫГАТАВАННЕ: старанна прамыць і ачысціць 350 грамаў часнаку. Дробна нарэзаць і працерці ў сасудзе драўлянай лыжкай. 200

грамаў гэтай масы, узяўшы знізу, дзе больш соку, пакласці ў шкляны сасуд, дабавіўшы туды 200 грамаў 96-працэнтнага спірту. Сасуд шчыльна закрыць і на працягу дзесяці дзён вытрымліваць у цёмным халодным месцы. Затым гэтую масу працадзіць праз шчыльную тканіну, адціснуць. Лекавую вадкасць вытрымаць яшчэ два-тры дні, пасля чаго можна пачынаць лячэнне.

ЛЯЧЭННЕ: у чвэрць шклянкі халоднага малака дабаўляецца некалькі кропель вышэйуказанай вадкасці, усё гэта выпіваецца цалкам за 15—20 мінут да яды.

Вам, ласуны

У магазінах няма цукерак? Ну і няхай, прыгатуем іх самі, тым больш, як сцвярджае часопіс «Тэст», гэта зусім няцяжка.

ПАМАДКА

Прадукты: 1 кг цукру (рафінаду), 350 г малака (10—15 працэнтаў цукру можна замяніць мёдам ці густым фруктовым сіропам — па жаданню).

У гарачае пракіпячонае малако дадаюць цукар і вараць, няспынна перамешваючы, 20—30 мінут, да таго часу, пакуль чайная лыжка масы, застыўшы ў халоднай вадзе, не ператворыцца ў цвёрды шарык. У зваранай памадкі светла-карычневы колер. Гатовую масу выліць на бляху ці патэльню слоем у 2 см. Калі застыне, нарэзаць фігуркамі любой формы.

ІРЫСКІ

Прадукты: 4 ст. лыжкі цукровага пяску, 2 ст. лыжкі малака ці смятаны, чвэрць чайнай лыжкі алею.

Прадукты змешваюць у алюмініевай каструльцы, ставяць на сярэдні агонь і, пастаянна перамешваючы, трымаюць на агні, пакуль маса не стане карычневай. Выліваюць яе на бляху ці патэльню, змазаную маслам ці пасыпаную цукрам. Калі маса злёгку астыне, выразаюць розныя фігуркі.

ЛЕДЗЯНЦЫ

Прадукты: 1 шклянка любога фруктовага соку і 1,5 шклянкі цукру, ці 1 шклянка сіропу і 1 шклянка цукру.

Прадукты змяшаць і варыць пры перамешванні да таго часу, пакуль маса не стане светла-карычневай, потым разліць у формачкі.

ВАРАНЫ ЦУКАР

Прадукты: 100 г цукру, 1 шклянка малака, 2 ст. лыжкі смятаны.

Прадукты змяшаць і варыць, перамешваючы, 30—40 мінут, пакуль маса не набудзе светла-залацісты колер. Талерку змазаць алеем, выліць у яе атрыманую вадкасць і астудзіць. Пасля зацвярдзення раскалоць на асобныя кавалачкі.



Джынсы — новая класіка

Калі пяць гадоў назад мой сын папрасіў купіць джынсы, я яго высмеяла, сказаўшы, што ў іх ходзіць толькі той, хто не сочыць за сабой ці не можа купіць добры касцюм. Цяпер бачу, што я памылілася. Джынсы носяць і маладыя, і старыя. Калі ж з'явіліся яны ўпершыню і дзе?

Марыя ДАУЛЕТАВА.
г. Бабруйск.

Джынсы — асноўны атрыбут любой плыні ў маладзёжнай модзе, абавязковая састаўная частка гардэробу і «хіпі», і «панка», і «металіста», і «рокера», і маладога чалавека, які прытрымліваецца традыцыйных поглядаў на адзенне. Джынсы з'явіліся ў сярэдзіне мінулага стагоддзя як рабочае адзенне і праіснавалі ў такім выглядзе стагоддзе. У пачатку 60-х гадоў пачаўся «джынсавы бум», джынсы сталі называць адзеннем веку. Узнік асаблівы джынсавы стыль: курткі, сукенкі, спадніцы, шорты, галаўныя ўборы, сумкі, абутак, паліто. Яго характэрная асаблівасць — спартыўнасць, мноства кішэняў, «маланак», заклёпак, металічных гузікаў, рэльефных строчак і, вядома, рацыянальны крой. Апошні час адзенне ў джынсавым стылі сталі шыць не толькі з дэніма, але і з вельвету, скуры. Джынсавы стыль — класіка ў маладзёжнай модзе. Джынсавая тканіна ў залежнасці ад моды афарбоўваецца ў розныя колеры, упрыгожваецца набіўкай, цясьмой, вышыўкай, аплікацыяй. Часам становяцца моднымі лінялыя джынсы, з эфектам пацёртасці. Джынсы, пастаянна абнаўляючыся, заўсёды застаюцца ў модзе, таму што даказалі сваю трываласць, зручнасць і своеасаблівую элегантнасць.

Колькі народаў на Зямлі

Колькі народаў жыве на Зямлі і які з іх самы маленькі?

Лідзія ЯРМОЛІК.
г. Мінск.

Лічыцца, што на планеце пражываюць 3—5 тысяч народаў. Па колькасці самы вялікі народ — кітайцы. Адзін з самых маленькіх — піткэрнцы, жыхары вострава Піткэрн у Акіяніі. Іх каля 60 чалавек. У былым СССР адзін з самых маленькіх народаў — лівы, якія пражываюць у Талсінскім і Вентспілскім раёнах Латвіі. Паводле даных мовазнаўцаў, іх прыблізна каля 150 чалавек. Энцы на Таймыры налічваюць каля 350 чалавек. У Хабараўскім краі ў паселішчах уздоўж рэк Амура і Амгунь жывуць 504 негідальцы...

Хто самы багаты?

Апошнім часам мы шмат гаворым пра з'яўленне багатых людзей. Але ж яны, здаецца, былі заўсёды, толькі іх чамусьці ў нас не хацелі «засвечваць» — гэта былі людзі пры ўладзе. Ці вядзецца ўлік самых багатых? Хто на гэты час самы багаты чалавек на Зямлі?

Марыя НОСІК.
г. Брэст.

Архіварыус «Звязды» дае даведку: самы багаты чалавек на Зямлі — султан Брунея Хасанал Балкіах. Нашым «фірмачам» і прадпрымальнікам да яго вельмі ж далёка. Як паведаміў амерыканскі часопіс «Форчун», асабістае багацце манарха ацэньваецца ў 25 млрд. долараў. Такім чынам, аднаасобны ўладар невялікай дзяржавы на поўначы вострава Калімантан узначальвае спіс мільярдэраў.

Тытул самага багатага сямейства ЗША ў 1988 годзе змяніў уладальніка. Адцясніўшы выдавецкую імперыю Ньюхаўзаў, яго заваяваў клан Марсаў, які валодае харчовым канцэрнам. Ён вядомы перш за ўсё фірменнымі шакаладнымі цукеркамі. У агульным спісе звышбагацеяў Марсы з капіталам у 12,5 млрд. долараў займаюць трэцюю пазіцыю, прапусціўшы наперад караля Саудаўскай Аравіі Фахда (18 млрд.). За «шакаладнымі баронамі» ідзе каралева Вялікабрытаніі Лізавета II (8,7 млрд. долараў).

Вузельчык на памяць

Мы гаворым: завяжы вузельчык, каб не забыцца. А вось я чуў, што ў нейкай краіне гэта не проста прымаўка, там пастухі вядуць лік жывёл вузельчыкамі. Ці так гэта?

Саша ДАНІЛАЎ.

Сапраўды, перуанскія пастухі карыстаюцца пры ліку шнурамі, на якіх завязваюць вузельчыкі-адзінкі. Прычым адным шнурам лічаць быкоў, другім — кароў, трэцім — цялят.

Вельмі аддалена гэтыя шнуры нагадваюць своеасаблівае вузельчыкавае пісьмо старажытных інкаў, якое называлася кіпу. Выглядала яно прыблізна так — грубая вяроўка ці палка, а на іх каляровыя шнуры і ніткі рознай велічыні. Завязваліся яны, між іншым, у пэўным парадку, і не заўсёды аднолькава. З іх дапамогай ганцы дастаўлялі розныя весткі. Па афарбоўцы і парадку, у якім ішлі вузельчыкі, індзейцы лёгка вызначалі, аб чым ідзе размова, гэта значыць (калі можна так сказаць) чыталі іх. Напрыклад, жоўтая фарба азначала золата, белая — серабро, чырвоная — вайну, зялёная — маіс.

Чаму рвалі печань Праметэя?

Чула пра кнігу вядомага натураліста Аляксандра Чупруна «Што такое сыраяда і як стаць сыраедам», але да гэтага часу не прачытала яе. Мая знаёмая гаварыла, што ён не рэкамендуе гатаваць ежу на агні. Чаму? Цікава яшчэ адно: ці ўжываюць сыраеды соль і ў якой колькасці?

Аляксандра МАРОЗАВА.
г. Мінск.

На пытанні нашай чытачкі адказвае аўтар кнігі Аляксандр ЧУПРУН:

— Успомніце Праметэя, які ўкраў у багоў агонь, каб ашчаслівіць чалавецтва. Тады за што ж арол кляваў печань нашага героя? Магчыма, гэта прыгожая казка. Сумная ж проза заключаецца ў тым, што ўдзень Праметэй смажыў на агні мяса. А ад смажанага, як вядома, баліць печань. За ноч боль сціхала, а раніцай герой зноў смажыў чарговы кавалак мяса — смачна ж! Вось, аказваецца, які «арол» кляваў яго печань удзень. Дарэчы, жарты ў бок. Хоць сучасная навука аб харчаванні прызнае неабходнасць апрацоўкі ежы на агні, прыкметна пагаршаючай яе пажыўныя якасці, усё ж заклікі хоць крыху зберагчы прадукты робяцца ўсё мацнейшымі. Сапраўдныя сыраеды проста мыюць ежу, нават не раздрабняючы яе, і ядуць. Калі ж, разважаюць яны, што-небудзь з прадуктаў нельга з'есці ў сырым выглядзе, дык гэта, хутчэй за ўсё нечалавечая ежа. Таму і прыходзіцца яе варыць, смажыць, прыпраўляць соусамі ды гарнірамі, каб яна стала прыгоднай для яды. Праводзілі нават эксперымент на пацуках. Адной групе давалі толькі сырыя яйкі, другой — вараныя. Дык вось: першыя заставаліся жывымі, другія праз некаторы час гінулі.

Адказваючы на другое пытанне, падкрэслю: многія народы на працягу стагоддзяў зусім не ўжывалі солі. Але ў славян яна заўсёды займала асаблівае месца. Сучасны чалавек у сярэднім ужывае штодзённа 12—15 г солі, што дае арганізму 4—6 г натрыю. У навуковай медыцыне падыходы да «салявога пытання» вельмі розныя. Да таго ж ёсць людзі, чуйныя да солі, а ёсць і такія, каму не шкодзіць яе лішняе ўжыванне. Эксперыментаваць, натуральна, лепш з малымі дозамі. Тым больш, што соль нароўні з цукрам ужо аб'яўлена «белым ядам», як адна з прычын гіпертаніі. Паслядоўныя натурысты рэкамендуюць выключыць ужыванне солі гэтак жа, як спецый і прыпраў усіх відаў. Паводле іх перакананняў, усе яны, паколькі раздражняюць, скажаюць смакавыя адчуванні, выклікаюць пераяданне і тармозяць засваенне ежы, не патрэбны арганізму. Чалавек жа, які ўжывае натуральную ежу, не патрабуе ўзбуджальнікаў апетыту.

Такім чынам, тым, хто не атрымлівае задавальнення ад яды без прыпраў, лепш за ўсё прапусціць прыём ежы. Спачатку яна здасца прэснай, нясмачнай, але хутка бездапаможныя смакавыя нервы адновяцца і чалавек выявіць цудоўныя пахі натуральных прадуктаў.

ТЭЛЕБАЧАННЕ

28 лютага

Беларускае тэлебачанне

8.30. Раніца рэспублікі.
8.45. «Чыста англійскае забойства». Мастацкі фільм.
11.25. «Пратакол «патаемнай вячэры». Спектакль БТ.
12.40. «На ўсё астатняе жыццё». Мастацкі фільм. 4-я серыя.
13.40. Дзівосны свет. «Вы — геніяльныя!»
15.30. Меркурый.
16.30. Навіны.
16.35. «Плошча кардонных гадзіннікаў», «Вялікі Ух», «Фімка». Мультфільмы.
17.15. «Еўраспартландыя-92». I Міжнародны фестываль для дзяцей.
18.00. «Запаведныя мілі». Дак. фільм.
18.30. Вопыт стварэння маладзёжнай вёскі ў Дортмундзе (Германія).
19.00. Панарама.
19.25. Абласныя навіны (Магілёў).
19.35. Наш каментарый. «Дзяржаўная прыватызацыя».
19.40. Прафсаюзы: праблемы, каментарыі. Прымае ўдзел старшыня ФП Беларусі У. І. Ганчарык.
20.00. «Ане Вескі». Фільм-канцэрт.
20.25. Калыханка.
20.45. Тэлебіржа.
21.00. Шанц. Праграма для тых, хто хоча быць багатым і здаровым.
22.05. «Зімовая вішня». Мастацкі фільм.
23.30. НІКа.

I канал. Астанкіна

5.00. Раніца.
7.35. Мультфільм.
7.50. «Канец сезона марожанага». Мастацкі фільм.
9.15. Музыка ў эфіры.
11.00. Навіны (з сурдаперакладам).
11.20. ...Да 16 і старэйшым.
12.00. Клуб падарожнікаў (з сурдаперакладам).
13.00. Іграе Дзяржаўны акадэмічны сімфанічны аркестр.
13.20. Брыдж.
13.45. Бізнес-клас.
14.00. Навіны.
14.20. Пераможцы.
15.05. Фільм — дзецям. «Іванка і цар Паганін».
16.25. Мультфільмы.
16.50. Да Міжнароднага тэлемарафона «Салдаты XX стагоддзя супраць вайны».
17.00. Навіны.
17.20. Чао, Буйноў, чао.
17.35. Чалавек і закон.
18.15. «Мая сям'я і іншая жывёла». 8-я серыя.
18.45. «Поле цудаў».
19.45. Добрай ночы, малышы!
20.00. Навіны.
20.35. «ВІД» прадстаўляе: «Палітбюро», «Музагляд», «Шоу-біржа», «Хіт-канвеер». У перапынку **(23.00)** — Навіны.
0.10. «Ружа ў смецці». Мастацкі фільм.

Канал «Расія»

7.00. Весткі.
7.20. Час дзелавых людзей.
8.20. Англійская мова. 1-ы год навучання.
8.50. Вольны час.
9.05. Англійская мова. «Сямейны альбом».
9.35. Дак. фільмы «Маці і мачаха», «Маркел-інфарматар», «Чарнобыльская багародзіца».
10.35. «Чуць сябе». Мастак С. Ягораў.
10.55. Пятае кола.
12.40. Сялянскае пытанне.
13.00. Весткі.
15.00. Чэмпіянат Еўропы па лёгкай атлетыцы ў закрытых памяшканнях.
16.00. Прастор плюс.
16.30. Т. Ін. Ка.
16.45. Мультфільм.
17.00. ТэлеЭКА.
17.30. «У гонар майстра». Да 80-годдзя Б. А. Пакроўскага.
19.00. Весткі.
19.20. Свята кожны дзень.
19.30. «Санта-Барбара». 30-я серыя.
20.20. На сесіі ВС Расійскай Федэрацыі.
20.50. «К-2» прадстаўляе...
22.00. Весткі.
22.20. «К-2» прадстаўляе...

29 лютага

Беларускае тэлебачанне

8.30. Раніца рэспублікі.
8.40. «Зімовая вішня». Мастацкі фільм.
10.05. Меркурый.
11.00. Тыдзень планеты.
11.15. Паказвае Віцебск. Мастацка-публіцыстычная праграма.
12.15. Урачыстае адкрыццё Міжнароднага турніру па вольнай барацьбе на прыз А. Мядзведзя.
13.35. Тэлевізійны экалагічны веснік.
14.15. Дж. Расіні. «Стабат матэр». Да 200-годдзя з дня нараджэння кампазітара.
15.30. Час пісьма.
16.30. У згодзе і спрэчках з Мельпаменай. Народны артыст Беларусі С. Штэйн.
17.15. ПІК.
18.15. Трэці тайм. Прамая лінія.
19.00. Панарама.
19.25. Прэс-канферэнцыя ў МУС Беларусі. Прымае ўдзел міністр У. Д. Ягораў.
20.25. Калыханка.
20.45. Тэлебіржа.
21.00. Экран беларускага кіно. «Прабач нам, мачаха Расія». 1-я і 2-я серыі.
23.15. НІКа.
23.30. С. Картэс. Сюіта з балета «Апошні інка».

I канал. Астанкіна

6.30. Суботняя раніца дзелавога чалавека.
7.30. «Калі мядзведзяня прачынаецца». Мультфільм.
7.45. Відэаканал «Садружнасць»
9.00. Ранішняя музычная перадача.
9.30. Цэнтр.
10.10. Музычны кіёск.
10.40. Гэта вы можаце.
11.25. С. Рахманінаў. Рамансы.
11.55. «ЭХ».
12.10. Кніжны двор.
13.00. Тэлегульня «Ключы ад форта Баяр».
14.00. Навіны (з сурдаперакладам).
14.20. Мастацкі фільм «Падзенне Берліна». 1-я серыя.
15.40. «Пчала Мая».
16.05. «Падзенне Берліна». 2-я серыя.
18.00. У свеце жывёл.
18.45. «Восем дзевак — адзін я». Аўтарская праграма Эльдара Разанава.
19.45. Добрай ночы, малышы!
20.00. Навіны.
20.35. Вынікі Зімняй алімпіяды.
21.40. Заключны канцэрт «Сан-Рэма-92». У перапынку **(23.00)** — Навіны.
2.00. «Каханне з першага погляду». Дзень 1-ы.

Канал «Расія»

7.00. Весткі.
7.20. Наш сад.
7.50. Баскетбольны агляд НБА.
8.25. Вольны час. «Кветкі ў доме».
8.40. Калі вам за...
9.10. Дак. фільм «Канец дваранскага гнязда. Невядомы тэрор».
10.00. Відэаканал «Плюс адзінаццаць».
11.15. Як жыць будзем?
12.00. Рэжысёр эстрады Вадзім Фісон.
12.30. «Бурда модэн» прапануе...
13.00. Весткі.
13.20. «Саўдзельніца». Мастацкі фільм.
15.00. Са сваёй званіцы.
15.20. Магі і чарадзеі ў студыі экстра.
17.15. Мультфільм «Прыгоды Боска».
17.45. Парламенцкі веснік Расіі.
18.00. «Познер і Донах'ю».
19.00. Весткі.
19.20. Свята кожны дзень.
19.30. Музыка ў стылі пэпсі.
20.30. Маскі-шоу.
21.00. Крымінальны канал «Зусім сакрэтна».
22.00. Весткі.
22.25. «Бізнес МН» прадстаўляе.
22.35. Чэмпіянат Еўропы па лёгкай атлетыцы ў закрытых памяшканнях.

РАДЫЁ

29 лютага

Апошнія паведамленні: 6.00 7.50. 15.00, 20.00, 23.00. 7.00 — ранішні канцэрт. 7.25 — вершы Ю. Голуба. 8.00 — «Суботнім ранкам». Музычна-публіцыстычны выпуск. 9.15 — гуманітарна-інфармацыйны канал радыёстанцыі «Беларуская маладзёжная». Праграма «Радыёкантакт». 10.15 — «Жывое слова». Радыёклуб. 11.00 — «Фальклор». 11.30 — праграма радыёстанцыі «Сямейнае радыё» (ЗША). 12.00 — «Увайсці ў кожны дом...». 12.30 — «З калекцыі філафаніста». 13.00 — «Для веруючых і няверуючых». Радыёчасопіс. 13.40 — «Хто здыме бар'еры?» Нататкі Р. Шаўко. 14.00 — новыя запісы ансамбля народнай музыкі «Свята» 14.15 — «Рака наша слаўная Нёман...». Літаратурна - музычная кампазіцыя. 15.15 — «Дзікае паляванне караля Стаха». Музычна-літаратурная кампазіцыя. 16.05 — «Рамантыкі». 17.00 — «Поп-хваля». Эстрадная праграма. 17.30 — «Спадчына». 18.00 — перадачы абласнога радыё. 19.20 — «Р. Харык у класічнай аперэце». 19.45 — вячэрняя казка. 20.00 — «Дзень нашага жыцця». 20.20 — эстрадныя рытмы. 20.30 — «Вячэрнія зарніцы». 21. 00 — «Музычная пошта». 22.00 — «Паўгадзіны з меламанам».

Галоўны рэдактар У. Б. НАРКЕВІЧ.

ЗАСНАВАЛЬНІКІ: Вярхоўны Савет Рэспублікі Беларусь, Савет Міністраў Рэспублікі Беларусь, калектыў рэдакцыі газеты «Звязда».

НАШ АДРАС: 220041, гор. Мінск, праспект Ф. Скарыны, 77, рэдакцыя газеты «Звязда».

ТЭЛЕФОНЫ: прыёмнай — 32-51-05, аддзела пісьмаў — 32-04-52, 32-41-92, навін — 32-15-02, даведкі па рэкламе і аб'явах — 32-35-91.

ПА НУМАРУ ДЗЯЖУРЫЛІ: адказны сакратар Уладзімір Андрыевіч, намеснік адказнага сакратара Віктар Краўчанка, старшы карэктар Вікторыя Кляновік.

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў. Іх меркаванні не заўсёды супадаюць з меркаваннем рэдакцыі.

Рэдакцыя пакідае за сабой права не ўступаць у перапіску з чытачамі.

Друкарня выдавецтва «Беларускі Дом друку».
Тыраж 81.784. Індэкс 63.850.
Зак. № 42.
Выходзіць 250 разоў на год.
Нумар падпісаны ў 21.05.
М 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
П 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Трусіная шкурка

Гаспадары, якія, нягледзячы на «катаклізмы», працягваюць вырошчваць трусоў, канешне, ведаюць, як апрацоўваць яго шкурку ў хатніх умовах.

Нашы парады сёння для тых, хто справай трусаводства толькі пачынае займацца. Не сакрэт, што цяпер танней навучыцца вырошчваць трусоў і пашыць потым з іх шкурак шапку, чым купіць галаўны ўбор у магазіне.

Такім чынам, па-першае, шкурку трэба пакласці ў ваду, у якую дабаўляюць крыху нашатырнага спірту і сталовай солі (каля 30 грамаў на 1 літр вады). Трымаюць у гэтым растворы «будучую шапку» некалькі гадзін, да поўнага размякчэння. Калі шкурка не надта перасохла, то дастаткова яе толькі апырскаць салёнай вадой з боку мяздры. Пасля размякчэння тупым нажом зразаюць ці саскрабаюць мускульна-тлушчавы слой. Цяпер шкурка гатова для дублення. Ёсць некалькі спосабаў гэтага працэсу.

1. Расцягнутую на дошцы шкурку змочваюць з боку мяздры цёплым растворам алюмініевых квасцоў са сталовай соллю (10 працэнтаў квасцоў, 5 працэнтаў солі).

Гэту аперацыю трэба рабіць 3—4 дні па 2 разы ў дзень. Пасля чаго шкурку сушаць, не здымаючы з дошкі.

2. Шкурку з боку мяздры націраюць настоем дубовай, вербавай або сасновай кары, пакуль яна не перастане ўбіраць настой. Потым яе высушваюць у расцягнутым стане. Рабіць націранне трэба пяць разоў праз адну-дзве гадзіны. Потым шкурку націраюць дробнай сталовай соллю на працягу двух-трох дзён па два разы ў дзень. Перад націраннем яе змочваюць вадой.

3. Для гэтага спосабу патрэбна асаблівае «цеста»: 20 частак аўсянай мукі, 1 частка пшанічнай, 5 частак сталовай солі і 300 частак гарачай вады. Сумесь ахалоджваюць і дадаюць 10—15 частак кваснай гушчы. Такім цестам змазваюць мяздровы бок шкуркі, складваюць яе напалам футрам уверх і пакідаюць на двое сутак у цёплым месцы. Потым шкурку высушваюць каля печы ці батарэі, «цеста» саскрабаюць, апырскваюць мяздровы бок салёнай вадой і насычаюць настоем дубовай ці вербавай кары.

***

Пасля дублення шкурку насычаюць якім-небудзь тлушчам. Яго награюць і намазваюць мяздровы бок, камечаць шкурку ў руках, зноў змазваюць і труць аб нацягнутую вяроўку, пакуль яна не стане мяккай. Пасля гэтага загатоўку змочваюць вадой, скручваюць у трубку і замотваюць у анучу на 10—12 гадзін. Цяпер шкурку засталося высушыць у расцягнутым стане і пафарбаваць (калі трэба) спецыяльнымі фарбамі для футра.

УПРЫГОЖАЦЬ СТОЛ НАСТОЙКІ

Дзе ты, зялёны «Бенедыктын», куды падзелася карычневая «Кафейная», ау — «Рабіна на каньяку», «Спатыкач», «Вішнёвая», «Слівовая». Лікёра-гарэлачная прамысловасць страціла першае слова і цяпер ледзь спраўляецца з вытворчасцю напітку, які атрымаў у народзе неласкавую назву «сучок». Таму мы вырашылі прапанаваць вам рэцэпты дзвюх настоек.

Чорнасліўовая

Шклянку чарнасліва абліць кіпнем і дастаць костачкі. Са шклянкі цукровага пяску прыгатаваць сіроп. Заліць сіропам мякаць чарнасліва і варыць на вельмі маленькім агні мінут сорак. Атрыманую сумесь астудзіць, уліць паўлітра ачышчанай гарэлкі. Калі ў доме ёсць прыправы, то даць чайную лыжку мяты, палавіну чайнай лыжкі каляндры, чатыры расціснутыя калівы гваздзікі, чвэрць мускатнага арэха. Усё энергічна перамяшаць, настойваць два тыдні ў цёплым месцы, перыядычна перамешваючы. Перад падачай на стол працадзіць.

Кафейная

Чайную лыжку растваральнай кавы развесці сталовай лыжкай кіпню. Прыгатаваць 125 грамаў сіропа: чорнапарэчкавага, вішнёвага, яблычнага, лімоннага. У бутэльку ёмістасцю 750 грамаў уліць 500 грамаў ачышчанай гарэлкі, сіроп, каву. Пры магчымасці дадаць ванілін. Перад ужываннем працадзіць.

Соус з часнаку

Мы прывыклі запраўляць гароднінныя салаты смятанай або алеем. А што калі зрабіць запраўку больш разнастайнай? Паспрабуйце — і смак страў зменіцца.

2 невялікія галоўкі часнаку, 1 жаўток, 1/2 ч. лыжкі парашку салодкага перцу, 100 г алею, 1 ч. лыжка воцату.

Часнок ачышчаюць, здрабняюць, змешваюць з парашком чырвонага перцу, соллю, сырым жаўтком, воцатам, алеем і старанна расціраюць.

Другі варыянт. Паўтары шклянкі мяснога булёну, 1 ст. лыжка воцату, 15 г масла, 1 маленькая галоўка часнаку, 15 г мукі, 1 ч. лыжка 9%-га воцату, соль па смаку.

Муку падсмажваюць на масле, разводзяць мясным ці гародніным булёнам і даводзяць да кіпення.

Можна зрабіць і яшчэ прасцей. Узяць 6—8 зубкоў часнаку, здрабніць, дадаць 2 ст. лыжкі алею, шклянку булёну, пасаліць, перамяшаць.

Нават бульба з такім соусам стане незвычайнай. Прыдатны такі соус і да мясных страў.

Хочаце застацца маладой?

Калі вы хочаце захаваць стройную паставу, гладкую скуру і свежы колер твару, паспрабуйце наступны рэцэпт.

З вечара замачыць 2—3 лыжкі аўсяных камякоў у 3 лыжках вады. Асобна замачыць у вадзе сушаныя плады (ізюм, слівы, яблыкі, грушы, абрыкосы), якія можна нарэзаць. Свежую сезонную садавіну трэба дабаўляць перад ядой. Раніцай размочаныя камякі і сушаныя плады перамяшаць, можна дабавіць свежыя нацёртыя яблыкі, грушы і г. д. альбо кампот. У атрыманую сумесь дадаць сок з палавіны лімона ці іншых цытрусавых. Стройныя і худыя жанчыны могуць дадаць 2 лыжкі свежай смятаны або малака, кефіру ці ацыдафіліну, 2 лыжкі нацёртых арэхаў. Для тых, у каго ёсць праблемы са страваваннем, сумесь павінна быць без арэхаў. І, нарэшце, дадаць 1—2 лыжачкі мёду. Жанчынам з лішняй вагой дабаўляць у сумесь смятану і арэхі не рэкамендуецца.

Рэгулярнае ўжыванне гэтай сумесі раніцай або вечарам (замест снедання або вячэры) прывядзе да нармалізацыі стрававання, вагі цела.

Пяцімінутка бадзёрасці для работніц разумовай працы

ВЫКОНВАЙЦЕ ПРАКТЫКАВАННІ 2—3 РАЗЫ НА ДЗЕНЬ

1. Хада на месцы. На лік 1—8 узняць рукі праз бакі ўверх, паварочваючы пры гэтым кісці наперад, 8—16 — рукі апусціць, паварочваючы кісці назад. 30—60 секунд.

2. З. с. — стоячы, ногі на шырыні плеч, рукі за галавой. Кругавыя павароты тазам направа і налева. 10—15 разоў.

3. З. с. — стоячы, рукі сагнуты да плеч. На лік «адзін» левую нагу адставіць убок, рукі ўверх, 2—3 — спружыністыя нахілы налева, 3—4 — вярнуцца ў з. с., тое ж самае ў другі бок. Дыханне адвольнае. 5—6 разоў.

4. З. с. — стоячы на каленях, рукі ў бакі. На лік «адзін» сесці на правае бядро, рукі налева **(мал. 1)**, 2 — вярнуцца ў з. с., 3—4 — тое ж самае ў другі бок. Дыханне адвольнае. 8—10 разоў.

5. З. с. — лежачы на спіне, рукі ўздоўж цела. На лік 1—4 павольна ўзняўшы прамыя ногі ўверх, выканаць імі скрыжаваныя рухі, 5—8 — павольна апускаючы ногі, рабіць імі па чарзе махавыя рухі ўверх-уніз **(мал. 2)**. Выконваць да стомленасці.

6. З. с. — лежачы на спіне, рукі выцягнуты ўверх. Глыбока ўдыхнуць, рукі апусціць уздоўж тулава, прамыя ногі ўзняць — выдых **(мал. 3)**. Тэмп павольны. 3—4 разы.

1
2
3